För mentalpatienters mänskliga rättigheter

av

Lars Larsen

2018

Till alla som torterats av psykiatrin

Innehåll

Förord

Följande samling essäer om psykiatrin härstammar från blogginlägg på min blogg ”Wildman” (2009-2011) och min blogg ”För naturens skull” (2015-2018) som finns att läsa på webadressen www.universalist.blogg.se. De står i boken i ungefär den ordnings-följd de förekom på dessa bloggar.

Som redan rätt erfaren mentalpatient (jag har tio år på nacken), anser jag mig vara kvalificerad att stå upp för mina och andra mental-patienters mänskliga rättigheter. Jag vet vad jag pratar om. Jag är ett vittne, med förstahandserfarenhet, bl.a. tio gånger av tvångsvård på psykiatriska avdelningar, i Finland, Sverige, Ungern och Italien.

Det här är min kärleksförklaring till mentalpatienterna i världen, samt min krigsförklaring mot den konventionella psykiatrin, som åstadkommit så mycket ont i världen. Min bok fokuserar på vad jag själv har erfarit, men jag tror många andra har liknande erfarenheter.

Mitt huvudfokus är solidaritet med mentalpatienterna och kritik av de psykiatriska makthavarna, ett slag för humanitet i vården, mot övervåld och barbari. Jag har här en radikal approach som förbinder mig med den antipsykiatriska rörelsen, som jag är påverkad av.

Slutligen vill jag tacka Beata Frankenhauser för värdefulla synpunkter på manuset.

Lars Larsen, 23.2.2018

Inledning

1900-talet var ett århundrade av kamp för mänskliga rättigheter, på område efter område, där man ofta uppnådde sina mål till slut. Det började med kvinnofrigörelsen, fortsatte med medborgarrättsrörelsen för de svartas rättigheter i Amerika, med kampen mot apartheid i Sydafrika, och slutade med kampen för barns rättigheter, deras rätt att slippa aga, dvs. barnmisshandel.

Kampen fortsätter att expandera över fler och fler områden, längre och längre ut i periferierna (från civilisationens synpunkt sett).

Vad är dagens motsvarigheter till 1900-talets rättvisekamper? Jag skulle svara: kampen för djurens och naturens rättigheter. Den har ännu inte nått sitt mål, och kan knappast det innan civilisationen avvecklas. Den har mött det sista tabut: myten om människans överhöghet. Denna kamp är högljudd, lika högljudd som de tidigare kamperna för mänskliga rättigheter.

Vad har vi glömt? Vad blir morgondagens stora kampfrågor? När vi till slut har vunnit kampen för djurens och naturens rättigheter i våra lagar?

Det finns en kamp, som pågått ända sedan John Percevals* dagar i 1800-talets England, men som inte fått samma publicitet som de andra rättvisekamperna; kampen för mentalpatienters rättigheter. Den verkar vara den trögaste av alla ibland, och kanske blir det den sista, den som får kröna alla rättvisekamperna. Det verkar som om den också är beroende av civilisationens avveckling, så sammanflätat är förtrycket av de ”sinnessjuka” med civilisationen. Och den verkar också hänga ihop med kampen för djurens och naturens rättigheter, för psykiatrisk tvångsvård är den moderna versionen av fördömelsen som man skrämmer folk till lydnad med, så som man skrämde folk med helvetet på medeltiden (som med helvetet, så med psykvården, man riskerar att aldrig slippa ut ur dess klor). Fängelsestraffet har aldrig haft en så avskräckande verkan som det att hamna i psykiatrins klor. Fråga vem som helst. Och psykiatrin är också mer inne på att bestraffa olydiga tankar, till skillnad från kriminalvården, som bara straffar handlingar. Psykiatrin patologiserar människonaturen, patologiserar vildheten och det djuriska, det viltväxande och okontrollerbara, det oberäkneliga. Kanske det är psykiatrins skräckvälde som fått oss att bli så lydiga i våra tankar, där all handling börjar, och således förlamat vår handlingskraft? Kanske psykiatrin är det jordiska helvetets yttersta utpost? Kanske är det först när vi har besegrat den, som vi äntligen kan bli oss själva och återfå vår grundtrygghet som djurart? Grundtryggheten; att få leva i harmoni med vår djurnaturs alla goda sidor, utan att bli straffad för det? Kanske vi behöver avveckla den konventionella psykiatrin innan vi vågar avveckla civilisationen frivilligt? Troligare kommer vi inte att hinna detta, utan civilisationen kommer antagligen att gå en ond ”bråd” död till mötes, utdragen över många decennier (vilket i historiskt perspektiv är ett snabbt slut). Men detta kommer inte att dräpa psykiatrins förtryck,

förutom kanske tvångsmedicineringen med syntetiska mediciner, läkemedelsindustrin kommer också att kollapsa till sist. Men förtrycket kan fortgå på andra sätt om vi inte för kampen vidare. Men kollapsen kan hjälpa oss i kampen.

Må vi aldrig ge upp i den kampen, helt tills vi nått vårt mål. Denna bok är ett ringa bidrag till den kampen.

* John Perceval (1803-1876) var en av de första mer kända kämparna för mentalpatienters rättigheter och spenderade själv tre år på sinnessjukhus. Han skrev senare två böcker om sina upplevelser där och om sin kamp.

Civilisationens värsta brott; kemisk bekämpning av de avvikande

Den finlandsvenska konstnären och filosofen Carl-Gustaf Lilius, Irmelin Sandman-Lilius man, skriver i "Metsytiska boken. En roman om tanken" (1973) följande:

"Jämför å ena sidan de metoder som används i krigföring och å andra sidan de metoder som används vid behandling av så kallade sinnessjuka plötsligt reduceras medmänniskor till att vara ingenting annat än fiender eller utstötta en biomassa inför vilken alla hänsyn får vika genom att den framväxande naturvetenskapen och tekniken på dessa områden fått ledningen kallas allt som sker framåtskridande idag är kemiska och biologiska vapen krigföringens nyaste alternativ men även när det gäller att behandla de människor som stämplats som sinnessjuka har i allt större omfattning det som kallas biologiska och kemiska vapen tagits i bruk"

Jag tror att Lilius hade en reell inblick i psykiatrin, eftersom han kunde skriva så, baserad på antingen offrens vittnesbörd eller egna erfarenheter. Jag kan nu som offer gå fullgod för riktigheten i hans lägesbeskrivning. Jag har varit sju gånger tvångsintagen på sinnessjukhus, och varje gång blivit tvångsmedicinerad, och fått känna skillnaden mellan att vara utan mediciner och med mediciner, gång på gång.

Från allra första början upptäckte jag att jag medicinerna plågade mig, att de nya, aldrig tidigare upplevda smärtorna och krämporna och rastlösheten som jag upplevde inte kom från mig själv, utan från de mediciner som jag blivit tvångsmatad med. Jag har aldrig, likt andra, trott att det kom från mig själv. Psykmedicinerade folk hjärntvättas ju att tro att ens psykiska illamående primärt kommer från ens eget psyke, inte från medicinerna eller den förnedrande behandling de utsätts för i tvångsvården. Medicinerna eller läkarna ges nästan aldrig skuld till något som helst, förutom väldigt påtagliga fysiska krämpor som muntorrhet, muskelstelhet osv. Men mina flesta krämpor var inte primärt fysiska, utan intrikat psykofysiska, på ett sätt som det inte fanns ord för.

Du kanske undrar om dessa psykofysiska krämpor som t.ex. den typiska rastlösheten, kunde vara ett symptom på att man var inlåst. Men mina två fängelsevistelser och tiotals häktesvistelser har varit rena paradiset i jämförelse med sinnessjukhusvistelserna och tvångsmedicineringen. Där har jag kunnat vara avslappnad, sjunka in i mig själv, bara hänge mig åt stillheten och tankelivet, medan jag

aldrig förmått detta under mina tvångsvårdsperioder. Varför? Jo, det känns som om medicinerna ständigt mal och mal i kroppen, och inte ger den någon ro. Man är liksom uppstoppad och bedövad av dem. Man har inte den klarhet i kroppen som man har annars. Man är liksom inte sig själv. Man går och letar efter sig själv, man förfrämligas från sin kropp, medicinerna gör allt annorlunda på ett vidrigt sätt. Det är som om man ätit något giftigt, och kroppen är i ständigt uppror mot gifterna, som bara påfylls gång på gång, dag efter dag, och inte ges chans till läkedom.

Och psykmedicinerna ÄR gifter. Eller droger. Tar man dem i tillräckligt stora mängder kan man t.o.m. dö av dem. Dom är ungefär som sömnmediciner, som också är gifter, och vars överdos är ett populärt sätt att ta sitt liv på. Jag tog en gång dubbel dos av min "antipsykotiska" medicin "Zyprexa", och då upptäckte jag på allvar att den är ett gift. Jag fick obehag och blev helt bortdomnad.

Men läkarna ger en tillräckligt mycket av gifterna för att man ska plågas! Det är det som är så hemskt. Och för varje ny tvångsvårdsperiod höjs dosen, för att man inte ska vänja sig vid gifterna, utan verkan av dom ska vara lika hög hela tiden. Är det inte ohyggligt!! Detta är sättet på vilket man tvingar folk att underkasta sig Systemet!

Allt detta har gjort att tvångsmedicineringen, näst efter spännbälte (att hela kroppen spänns fast i sängen), varit den värsta tortyr jag upplevt i hela mitt liv. Det har varit värre än någon fysisk sjukdom jag haft, värre än depression och tvångstankar, värre än mina fängelsevistelser och vistelser i isoleringscell på psyket och i häktet. Men läkarna stänger systematiskt sina öron för skriken, genom tjocka böcker fulla med diagnosticeringar, ohyggligt mekaniska, kalla och blottade på medkänsla. Bara en kall apparat, ett system för de psykiska bödlarna att isolera sina offers skrik.

Tror ni på mig, läsare? Tror ni på mitt skrik? Det här är ett skrik från en som upplevt på sin egen kropp samtidens värsta koncentrationsläger, civilisationens största brott. Är det paranoia? Avfärdar ni det som paranoia? Är trauman efter tortyr paranoia? Det är ju så man avfärdar de "sinnessjukas" skrik över tortyren. Jag vet precis hur den psykiatriska jargongen fungerar. Den har blivit mig så övermåttan bekant genom åren.

Carl-Gustaf Lilius skriver: *"Det värsta som för närvarande sker är inte krigen upprustningen terrorbalansen svälten hungern befolkningsexplosionen de rikas utsugning av de fattiga miljöförstörelsen ideologiska förföljelsekampanjer det värsta som sker är att tron på sinnessjukdomarna utbreder sig som en farsot över världen vi befinner oss mitt inne i det som kunde kallas jakten efter avvikande individer eller efter individer som påstås avvika och som därför sägs vara psykiskt sjuka"*

Är jag och Lilius ensam om denna bedömning? NEJ!! Det finns en stor antipsykiatrisk rörelse i samtiden, och Scientologikyrkan har som sin bästa merit upprättat "Kommittén för mänskliga rättigheter" år 1969 tillsammans med psykiatriprofessor Thomas Szasz "i syfte att undersöka och avslöja påstådda kränkningar av mänskliga rättigheter begångna av psykiatriker".

Åh, måtte detta blogginlägg vara en kanal för alla de skrik och klagoljud jag har hört på sinnessjukhusen genom årens lopp!

Förtvivlans och desperationens skrik och klagan, som aldrig når fram till vanligt folks öron!

(P.S. Verkan av psykofarmakans gifter är olika på olika människor, och några upplever mindre s.k. "bieffekter" som plågorna kallas, än andra. Men bara det att tvingas vara försöksdjur för psykiatrins gifter är i sig själv ett förnedrande brott. Patienterna är i precis samma ställning som de stackars djur som utnyttjas som försöksdjur i medicinindustrin och annan industri, och har lika lågt värde, är lika omyndiga i läkarnas ögon som dessa djur)

Grundläggande psykiatrisk filosofi: ”psykosens” väsen

Om man studerar hur psykiatrikerna förhåller sig till ”psykosen”, hur de stänger psykotiska människor inne på slutna psykiatriska avdelningar, måste man komma till slutsatsen att psykosen är ett ont, som måste bekämpas med alla till buds stående medel.

Men är detta rätt? Jag vill nu argumentera för att det inte är rätt i de flesta fallen, att ”psykosen” är något som oundvikligt tillhör livet i stort och delvis karaktäriserar det.

Det första vi måste fråga oss är: vad är ”psykosen” för något? Hur ska vi beskriva ”psykosen” med några få meningar? Jag skulle försöka ge mig in på följande definition: "”psykos” är att en varelse lever i sin fantasivärld mer än i den yttre verkligheten, och har svårt att skilja mellan verklighet och fantasi. Varelsen projicerar sin inre värld på den yttre verkligheten. Och hen lider av vanföreställningar".

Och då kommer följande följdfråga upp: Vem gör inte detta ibland? Lever inte alla mer eller mindre i sin fantasivärld ibland, projicerande sin inre värld på den yttre? Är inte detta särskilt karakteristiskt för barnen? Och ändå stämplar vi dem inte som sinnessjuka! Vi låter barnen vara med sina fantasier. Vad får oss då att stämpla vissa som sinnessjuka och låsa in dem? Jag tror detta ofta mer beror på att de har brutit med samhällets normsystem än att de skulle vara mer psykotiska än andra. De rubbar vid vissa tabun. Ett sådant tabubrytande är att t.ex. säga att man är Jesus, vilket jag har personlig erfarenhet av att ha gjort. Men är detta mer destruktivt och ”psykotiskt” än t.ex. Adolf Eichmanns eller Rudolf Höss´ fantasier om judarnas ondska? Nej, absolut inte, väldigt långt mindre. Men ändå stämplar vi "messiaskandidaten" som sinnessjuk, medan Eichmann roch Höss anses ofta endast kriminella, inte sinnessjuka (Eichmann avrättades och Höss hängdes istället för att dessa tvångsvårdades på rättspsykiatriskt sinnessjukhus). Liknande exempel finns det många av. Det är brytande av tabun som bestämmer vem som anses sinnessjuk. Jag skulle också betrakta den kollektiva galenskap som går under namnet "civilisation" som mer psykotisk än en individuell, övergående Jesus”psykos”. Och som väldigt mycket mer destruktiv. För den som har en Jesus”psykos”, försöker i alla fall ofta vara god, rädda miljön osv.

Den kollektiva ”psykosens” destruktivitet ligger delvis i att den är systematiserad, att den finns i strukturerna, och i att den sällan går över när den gripit en människa, i motsättning till en individuell psykos, som nästan alltid går över. Det kollektiva slaget av ”psykos” är det våra politiker och våra religiösa sekter lider av. Och det är verkligt destruktiv ”psykos”; är det någon som bör låsas in på mentalsjukhus är det våra politiker och kyrko- och sektledarna (jag

säger det lite skämtsamt, jag menar det egentligen inte). För deras babyloniska skräckvälde (från miljöns och djurens synpunkt sett) förstör själva livsbetingelserna på jorden, själva miljön. Och psykiatrikerna borde också låsas in, för deras ”psykotiska” maktmissbruk kedjar fast människorna vid den destruktiva civilisationen, ingen vågar lämna civilisationen och återgå till naturen av rädsla för att bli stämplade som sinnessjuka och tvångsvårdas på vår tids koncentrationsläger; de psykiatriska avdelningarna. Nej, alla försöker vara psykotiska "på rätt sätt" för att slippa denna själsslakt och de zombifierande medicinerna, där samhällets mål verkar vara att få vildmänniskorna (som sjuder av liv) att bli lika levande döda som de civiliserade. Ja, t.o.m. alltför oroliga och vilda barn får smaka på psykiatrikernas maktmissbruk, även de medicineras nuförtiden (särskilt ADHD-barn, som medicineras med amfetamin).

Psykos skall inte medicineras bort, den tillhör oundvikligen livet. Allt liv pendlar nämligen mellan polerna rus och nykterhet, psykos och verklighetssinne. Jag tror t.ex. att apor och hundar, ja alla djur, har sina mer ”psykotiska” faser. Det är bara de civiliserade som gripits av politikernas och psykiatrikernas kollektiva, förstenade psykos, som inte har så mycket av dessa svängningar, deras psykos har stelnat till system och strukturer som gör dem levande döda, och får dem att kasta sig över och tvångsvårda alla som lösgör sig från deras psykos och istället grips av de naturliga individuella ”psykoser” som alla barn upplever, alla djur, ja allt liv utom de civiliserade, ”normala”, vanliga människorna. ”Psykosen” tillhör livets romantik, livet skulle vara bra dött utan denna.

”Psykosen” tillhör livet som sagt, det är livets stegring i rus som framkallar psykoserna (det är därför man lätt blir ”psykotisk” om man t.ex. röker cannabis) Alla förälskelser, t.ex., är ”psykotiska”. Ens drömmar om natten är en sorts hallucinationspsykoser, om vi använder ordet i vid bemärkelse. Man luras att tro på dem varje natt. Men de är exempel på sunda, naturliga, individuella ”psykoser”. Ofta är dessa de enda individuella ”psykoser” som en "normal" människa har. En vildmänniska kan ha alla möjliga sorters ”psykoser”, mer eller mindre tabubrytande, men oftast inte farliga alls. Vi måste sluta demonisera och frukta den individuella ”psykosen”, för det gör att vi kommer att frukta själva livet, den vilda verkligheten, Moder Jord. Det är det psykiatrin sysslar med, med sin fascistiska, sterila, "själsliga hygien". (Livet är inte perfekt, sterilt, "vetenskapligt korrekt", såsom psykiatrikerna vill ha det) Psykiatrikerna verkar se sig själva som någon sorts "övermänniskor", som har direkt kontakt med den yttersta "vetenskapliga", sanna verkligheten, höjda över alla ”psykoser”, i stånd att avgöra vad som är ”psykotiskt” och vad som inte är det. Allt vilt är ”psykotiskt” för dem, tycks det. Skulle de få regera i Indien, t.ex., skulle de nog stänga alla sadhun* inne på mentalsjukhus. Det är väl därför vi inte har några sadhun i västerlandet, ingen motsvarighet till sadhu-institutionen. Istället har vi de hemlösa och de "sinnessjuka", själsligt nedbrutna av samhällets och psykiatrins hårda behandling. Det är min fasta övertygelse att de flesta av de ”psykotiska” människor som hamnar på låst avdelning inte borde ha hamnat där, utan borde ha bemötts med tålamod och överseende med något som är övergående, vilket hade skett t.ex. i en urinvånarstam i djungeln. Istället gör psykiatrin ofta deras ”psykos” ännu värre, så att den ofta övergår i förtvivlan, depression och självmordstankar (så har varit fallet med mig). Och det är lätt att hamna i förföljelsemani när man

blir så grymt behandlad (särskilt medicinerna är ofta hemska i början); ännu en form av helt sund och naturlig ”psykos”, en sund reaktion på en galen värld, vilket de flesta ”psykoser” är. "Det är inte

* En sadhu är en indisk helig man och asket (det finns även kvinnliga sådana), som lever som hemlös och barfota vandrare, och lever på allmosor.

du som är galen, det är världen som är sjuk", sjunger reggae-stjärnan Kapten Röd.

P.S. Jag gör upp med orden ”psykos”, ”psykotisk” och ”schizofreni” i slutet av boken, i kapitlet ”Att kalla någon "psykotisk" och "schizofren" är som att kalla någon "häxa" på 1600-talet”

Lite antipsykiatri

Jag skulle nästan vilja anmäla tvångsvårdspsykiatrin för brott mot mänskliga rättigheter, för inte bara berövar den ofarliga psykotiska patienter deras yttre liv genom att spärra in dem, utan även deras inre liv berövas dem, i och med de antipsykotiska medicinerna, som släcker deras kreativitet, vilket gör deras fångenskap nästan outhärdligt. För det är ju så att vi i fångenskap, efter en tid, inte sällan upplever ett stegrat inre liv som konsekvens av den yttre händelselösheten, som kompensation för detta (t.ex. blir många fångar i fängelser religiösa), men detta berövas alltså de psykotiska patienterna, som istället får uppleva en inre händelselöshet i tillägg till den yttre, ett zombifierat inre liv (detta är värst i början, sedan vänjer man sig). Hade de bara fått slippa medicinerna, skulle de nog kunna uthärda fångenskap*. Jag har själv upplevt en tre veckor lång fängelsevistelse i Serbien, och där levde mitt inre liv upp efter fem dagars inre händelselöshet. Det blev visserligen andligt förvirrat, men det **hände** i alla fall något, som gjorde fängelsevistelsen uthärdlig.

Jag tror att psykiatrin bär en del av skuldbördan till varför många schizofrena tar sitt liv. De står helt enkelt inte ut med flera vistelser på slutna psykiatriska avdelningar, eller står inte ut med tvångs-medicineringen med antipsykotika. Jag har själv vid två tvångsvårds-vistelser plågats av självmordstankar, (som var) en direkt följd av vistelsen där.

I USA (Los Angeles) finns det ett museum som kallas "Psychiatry - an industry of death", som dokumenterar psykiatrins övergrepp, och ser klart kopplingen mellan psykiatrins behandling av människor, och dessa människors självmord. Museet har startats av "Kommittén för mänskliga rättigheter", ”Citizen´s commission for human rights” som leddes av psykiatriprofessorn Thomas Szasz (1920-2012) (innan han dog) och Scientologikyrkan.

Jag har även starkt undrat över frågan varför man absolut måste tvångsmedicinera andligt förvirrade människor. Är de nu verkligen så farliga för sin omgivning som det påstås, varför räcker det inte med isoleringscell (om de är våldsamma) tills de lugnar ner sig? Varför denna kemiska lobotomi (för det är just vad det är), varför detta intrång i människans mest privata sfär, ens känslor och ens tankar? Varför denna psykiska våldtäkt? Har inte varje människa rätt

till sitt inre liv, så länge det inte skadar någon annan, även om det skulle vara psykotiskt? Jag tror svaret ligger i att vi lever delvis i ett fascistiskt samhälle, som inte tål för mycket oliktänkande (man märker bara inte det så länge man inte utmanar systemet), som till vilket pris som helst ska upprätthålla "själslig hygien" (parallell till rashygien), och tvinga människor till underkastelse under makten. Psykotiska människor upplevs som ett hot mot "hygienen", ett hot mot kontrollsamhället och mot makten, även om de inte är farliga för andra. De hotar samhällets "anständighet". Och vi ska inte heller glömma att det bara är de individuella ”psykoserna” som utrensas, man lyfter inte ett finger mot de kollektiva ”psykoserna”, som kategoriseras under religion och politik, som därmed räddas. Och de är de kollektiva ”psykoserna” som är de verkligt farliga.

Thomas Szasz har liknat den nutida förföljelsen av ”sinnessjuka” vid häxförföljelserna på medeltiden. Jag sympatiserar med detta, för jag har själv utstått stort lidande som åsamkats mig av psykiatrin. Ibland rena plågan. Jag är ett vittne om det lidande många psykotiska människor måste utstå, jag är själv diagnosticerad som schizofren, och har utstått tio tvångsvårdsvistelser, med isoleringscellsvistelser, tvångsmedicinering, spännbälte (att man binds vid en säng så att man inte kan röra sig) mm. Jag tror det är på hög tid att psykiatrin granskar sig själv i ljuset av vad sådana vittnen säger, så att vi får en mänskligare psykiatri, mer i linje med finska "Open Dialogue" *. För jag har upplevt en sådan omänskligt grymhet från psykiatrins sida, att det är svårt att göra sig trodd.

Jag bara undrar, varför är det så farligt att ha vanföreställningar, så länge det inte skadar någon? Varför blir man så illa behandlad bara för att man känner och tänker "fel"? Varför denna mobbning av ofarliga avvikare? Jag blev en gång i Italien skickad till sluten psykiatrisk avdelning för att jag kastade brödsmulor på polisen. Och väl inne på avdelningen satte de mig i spännbälte p.g.a. att jag talade i tungor (babblade obegripligheter) när jag skulle svara på personalens frågor, och uppförde mig konstigt (men inte alls våldsamt). Spännbältet var rena tortyren, ett rent helvete (jag fick ångest där jag låg bunden). Detta är bara ett av otaliga exempel på **övervåld** inom psykiatrin. Jag har hört av en vän att en kille fick vara en vecka i spännbälte bara för att han sa att han var satan. Då har man verkligen sysslat med övervåld. Han skulle ju bara kunna bli satt i isoleringscell ifall han skulle börja bete sig farligt. Men en veckas spännbältestortyr! Det är så man baxnar.

Jag har också hört berättas att sjukskötare som haft för mycket empati med patienterna, själv har hamnat i patientens roll, alltså blivit tvångsvårdade. Och när min syster Inger skulle praktisera på en psykiatrisk avdelning, godkändes inte hennes praktik p.g.a. att hon hade levt sig för mycket in i patienternas situation.

Därmed inte sagt att inte psykiatrin också gör gott, särskilt för patienter med depression och ångest. Men det är de andligt förvirrade (s.k.”psykotiska”) patienterna som far mest illa.

Och det måste man också tänka på, att det inte är psykiatrikerna som är onda, utan mer systemet som är ont, psykiatrikerna följer bara lagar och regler, precis som polisen. Jag tror inte på människans inneboende naturliga ondska, vi tränas till ondska av utomstående krafter, vi korrumperas av civilisationen, såsom filosofen Rousseau ansåg på 1700-talet.

*Jag vill också säga att jag inte tycker det är så jättefarligt med frivillig antipsykotisk medicinering om man får vara ute i frihet och leva ett händelserikt liv i det yttre, för då kompenserar den yttre livligheten den inre fattigdomen. Det är kombinationen av inre fångenskap genom medicinerna, med yttre fångenskap genom tvångsvård, som är så outhärdlig. Men i princip är jag mot antipsykotiska mediciner, för de tar inte bara bort det psykotiska från själen, utan bedövar det mesta av det andra också, livslust, sexlust, kreativitet osv.. De har också ofta obehagliga biverkningar, som kan vara plågsamma för patienten (som att de kan förorsaka tardiv dyskinesi, ofrivilliga rörelser i musklerna). Andlig förvirring ska inte botas med mediciner, utan genom kärlek, genom helande relationer med omvärlden, dialog, folk som verkligen bryr sig om patienten, istället för att hon tystas ner med droger.

* En film om Open Dialogue, ”Open Dialogue: An alternative Finnish approach to healing psychosis” kan ses här:
https://www.youtube.com/watch?v=HDVhZHJagfQ.
Det finns också flera artiklar om den, bl.a. en i ”Psychology today” på nätet, postat 12.6.2015 som heter ”Open dialogue, a new approach to mental healthcare”, som du kan googla på.

Om min gamla blogg, mina mediciner och mitt känsloliv nu och fordom

Jag har på sistone läst en del i min första blogg "Lars Larsen" som jag skrev från 9.11.2006 till 11.2.2008. Jag trodde jag hade förlorat bloggens text för gott när jag brände upp en stor bunt med mina skrifter efter att jag kollapsat psykiskt hösten 2011 och ville förinta en del av min historia som jag inte ville veta av. Men det visade sig att min gode vän Istvan Molnár, poet och författare, hade sparat filerna till mycket av det som jag hade printat ut i den bunten som jag brände upp (jag hade förlorat filerna också). Jag fick filerna från honom för några månader sedan (jag skrev detta i december 2016), och gissa om jag blev glad! Det var som om jag fått tillbaka en del av min historia, en mycket viktig del.

Nu har jag läst lite av de tidigaste texterna i filerna, tio år gamla, och det är underligt att se vilket levande känsloliv jag hade den gången. Jag har ju vant mig vid att ha ett avtrubbat känsloliv delvis p.g.a. min psykiska sjukdom (schizofreni), men också, och kanske framför allt, p.g.a. mina antipsykotiska mediciner som jag tar en ganska stor dos av varje kväll. Jag äter dem motvilligt, mycket p.g.a. att min flickvän Titti och min läkare vill det.

Jag läste en text i min gamla blogg från den 24 april 2007 om att "Igår kväll läste jag Tarjei Vesaas "Isslottet" och grät. Idag stönade jag av lycka när jag "gick till jobbet” genom den solförklarade vitsippsskogen mellan min kåta och Skarpnäck." Ja, jag minns att sånt kunde hända när jag ännu var frisk i själen och utan mediciner. Jag kunde uppleva både stor glädje och stor sorg och depression. Så länge jag har ätit mediciner har jag mest känt samma gråa känslor,

likgiltiga och vardagliga, utan intensitet. Visserligen kunde jag gråta lite på Olle Hjerns begravning (för första gången på tre och ett halvt år), men det var ett stort undantag, en överraskning, så dött som mitt känsloliv är för tillfället. Så någonstans begravd under sjukdomen och medicinerna, lever mitt känsloliv ännu.

Jag har undrat om jag någonsin kan få tillbaka samma rika känsloliv som jag hade innan sjukdomen och medicinerna, eller om jag på något sätt blivit kemiskt lobotomerad av medicinerna, så att det blivit irreparabla skador i min hjärna. Det återstår att se, och jag ska snart fråga min läkare om jag får lov att trappa ner på medicinerna, för jag har nu ätit dem i över fyra år, utan att få nya attacker av andlig förvirring. Men en vän (Riikka) sade att det tar två år att trappa ner på så mycket mediciner som jag äter, i vanlig läkarpraktik. Titti har gått med på att jag får börja trappa ner på medicinerna om läkaren godkänner det.

Mitt döda känsloliv är en svår sak att handskas med i min relation till min flickvän Titti. Vi lider båda av det, jag har svårt för kärlek, empati och att visa uppskattning. Det hotar att förstöra vår relation.

Vi pratade igår med Titti om det kan vara så att den dystopiska stämning som råder på min blogg, där jag spekulerar i och suktar efter kollapsen, kan komma delvis av mina mediciner. Jag har liksom inte så stor kärlek till livet längre, p.g.a att jag inte känner så mycket, och så projicerar jag det utåt så att jag vill att allt ska kollapsa. Det kan vara en delorsak till mina dystopiska visioner, förutom min kärlek till naturen och min längtan efter civilisationens fall och de fattigas och den vilda naturens comeback.

Något om våra tankepoliser

Det slog mig idag att vi faktiskt lever i en polisstat inte bara i den vanliga bemärkelsen, utan även i den bemärkelsen att vi har **tankepoliser** - psykiatrikerna. Och de beter sig på det sättet att de aldrig slår ner på dem som är galna på **rätt sätt**, såsom de religiösa sektledarna och våra politiker, utan enbart på dem som på något sätt bryter mot våra psykiska normer, som är **galna på fel sätt**. Det spelar ingen roll om sektledarna är mycket mer galna än de som är galna på fel sätt, de förra går fria och de senare haffas, låses in på sluten psykiatrisk avdelning. Och har man en gång fått diagnosen schizofreni, har man den ofta resten av livet, **oavsett hur frisk man blir**, oavsett om man aldrig mer får några psykoser under resten av sitt liv. Snacka om stigmatisering. Och många äter mediciner resten av sitt liv, för att läkarna och deras närmaste vill det, **oavsett hur friska de är**. Mediciner som sätter ett lock på allt de är, som bedövar deras känsloliv och tar bort romantiken ur livet.

Har man lite status, och klarar man att hålla fin fasad, kan man vara hur galen som helst utan att bli haffad av våra tankepoliser. Men stackars den som vågar visa sig svag! Stackars de ärliga, stackars de ödmjuka! Vårt samhälle har ett otroligt förakt för svaghet, och det visar sig särskilt i behandlingen av de lite efterblivna och ringa som tänker för fel.

Det är inget fritt samhälle att leva i, där man inte får tänka och uttrycka sina egna tankar i lugn och ro, utan där man måste vara rädd för att bli angiven till tankepoliser om man tänker för fel. Ett sådant samhälles lagar om frihet är inte värda pappret de är skrivna på. Då föredrar jag mycket hellre den urgamla metoden (som ännu idag

praktiseras bland vilda ursprungsbefolkningar) med exorcism på dem som tänker för fel (även om jag inte tror på andar, som ateist), då behöver man i alla fall inte bli inlåst och tvingad att äta själsdödande mediciner. Att få en "demon" utdriven ur sig av en schaman är ingenting i jämförelse. Mycket var bättre förr, om man bara går tillräckligt långt tillbaka i tiden.

Att vara fascistisk "på rätt sätt".

Om jag skulle skriva på min blogg att "Jehovas vittnen(a) eller Livets Ord-anhängarna tänker fel, dom (DE) borde tvingas äta antipsykotiska mediciner mot sina tankar", då skulle vissa nog betrakta mig som fascistoid. Ändå är det just detta psykiatrin gör med tusentals svenskar, t.ex. de som klassas "schizofrena", som blir straffade med psykiatrisk tvångsvård och tvångsmedicinering om de "tänker för fel" *, och detta utan att psykiatrin av någon anklagas för fascism. Psykiatrikerna kommer undan med sin fascism, eftersom de är fascistiska "på rätt sätt". Alla som är detta kommer undan med sin fascism, t.ex. den fundamentalistiska kristna högern, som tillber en ärkefascistisk gud, Jahve, och på grund av detta visar prov på en inte så ringa grad av fascism (man blir som sin gud).

Den andra gången i mitt liv som jag var på psykiatrisk avdelning, det var 2008 på Jorv i Esbo, Finland, fanns där en ung man som var lite konstig och kändes "efterbliven". Han straffades med isoleringscell av sina psykvårdare, bara för att han hade duschat på natten, och stört sina grannar på det sättet. Han klagade över detta på ett möte. Eftervärldens dom över dessa psykvårdare borde bli hård, det är i alla fall min egen dom över dem. Det är grovt kriminellt att mobba "efterblivna" på detta sätt. Ja, rentav fascistiskt. Jag vet av egen erfarenhet hur tungt det är att sitta i isoleringscell, utan någon stimuli. Man kan bli galen av sånt.

En gång 2009 på Kuppis psykiatriska avdelning i Åbo, blev en äldre man nerbrottad på golvet och placerad i isoleringscell för att han hade svurit åt personalen. När han brottades ner, hörde jag honom ropa "Ni dödar mig, ni dödar mig!" Och psykvårdarna som brottade ner honom svarade "Nej, det gör vi inte!". Efteråt berättade den nerbrottade mannen åt mig att medicinerna han fått kändes som rena råttgiftet.

Samma gång på Kuppis psykiatriska avdelning blev jag placerad i isoleringscell bara för att jag hade smakat på en kaktus och spottat ut det i en annan kruka, och även för att jag hade kramat en patient som grät. När jag inte ville gå in i isoleringscellen, blev jag nedbrottad på golvet, så att en kruka med en växt i gick sönder. Jag blev ännu mer psykotisk än förr av vistelsen i isoleringscellen, och smetade ut morgongröten över väggen i isoleringscellen. Till slut upplevde jag att jag blev pinad av Satan, och sade åt psykvårdarna att jag ville samarbeta med dem. Då släpptes jag ut ur isoleringscellen.

Därmed inte sagt att inte psykiatrin också gör bra grejer. Men man går aldrig till roten av problemen, som är det sjuka samhälle vi lever i, alienerade från naturen. De vilda ursprungsbefolkningarna skulle skaka på huvudet om de fick höra om vårt samhälles otaliga psykiska problem, något som jag tror skulle kännas främmande och exotiskt för dem.

* de ”sinnessjuka” blir ofta tvångsvårdade för att de uppför sig störande, men blir inte klassade som kriminalfall, bara p.g.a. sina tankar, som "inte är fel på rätt sätt", fel så att de skulle få böter eller sättas i finkan (vilket jag mycket hellre föredrar), istället för på sluten psykiatrisk avdelning . Kriminella tänker också fel, men de tänker fel "på rätt sätt", så de slipper tvingas ta själsdödande mediciner på en psykiatrisk avdelning, med den ödesdigra sociala stigmatisering som detta innebär. De ”sinnessjuka” bryter normen för tänkandet, det är deras stora brott, som får dem att förföljas av psykiatrin i något som liknar medeltida inkvisition och häxförföljelse (ja, medicinerna kan vara riktigt grymma i början, och isoleringscell och spännbälte också). Man får inte tänka fel "på fel sätt", det är vad psykiatrifascisterna vill hamra in i de ”sinnessjuka”. Samhällets normsystem kring tänkandet är allt, patientens individualitet och frihet är ingenting. De som tänker utanför normen, förföljs. Så har det varit långt tillbaka i tiden, ända sedan antiken och medeltiden. Där har vi inte gjort så stora framsteg som t.ex. inom teknologin. Den moraliska utvecklingen i samhället har inte alls hunnit med de teknologiska framstegen. Vi har utvecklat den matematiska intelligensen enormt, men är moraliska krymplingar. Detta ser man inte om man lever ett vanligt svenssonliv, det avslöjas för en först i mötet med t.ex. psykiatrin och den fundamentalistiska kristna högern, två fascistiska krafter i vårt samhälle.

Sverige är inte ett så fritt land som man skulle kunna tro. Om rätten att bestämma över sin död.

"Slutet av 1700-talet var också den tid då slaveriet och slavhandeln var som starkast. Europeiska slavhandlare, plantageägare och kolonialherrar gjorde sig förmögenheter på andras blod. Verksamheten genomsyrade en stor del av dåtidens ekonomi och stimulerade även affärerna för skeppsbyggare och tillverkare av fotbojor, handbojor, tumskruvar och speculum oris (ett kirurgiskt instrument som användes för att bända upp munnarna på slavar som försökte begå självmord på slavskeppen genom att vägra äta). (ur Christian Azars bok "Makten över klimatet", Bonniers 2008, min kursivering)

Gissa vad detta påminner om? Jag ska svara: den nutida psykiatrin. Först tvingar samhället en att vara med i samhällets karusell, med hot om fångenskap om man avviker från den psykiska normen, och sedan, när man brutit mot psykiatrilagen, och sitter tvångsvårdad, men inte vill vara med på denna fångenskap, och vill hoppa av livet som det enda sättet att göra uppror (eller för att man sårats så av samhället), då tillåts man inte detta, utan hindras från självmord genom tvång från psykiatrins sida, t.ex. blir man tvångsmatad med dropp om man vill begå självmord genom att sluta äta, eller man berövas alla redskap att ta sitt liv med. Detta är den yttersta förnedringen av en människa, det yttersta frihetsberövandet - har man inte rätt till att bestämma över sin död, då är inte ens övriga frihet värd pappret det är skrivet på. Att tvinga någon att leva i en tortyrliknande existens i långa tider (t.ex. tvångsmedicinerad med hemska mediciner eller med djup depression/svår ångest), och hindra den från att lämna livet när hen inte ser någon utväg, måste vara det

ultimata brottet, det ultimata frihetsberövandet, den ultimata slavdriften. Var aldrig med på något sådant, käre läsare, jag ber dig, för de plågades och de sköras och utsattas skull! Var och en borde själv få bestämma över om livet är värt att leva, även de psykiskt sjuka, ja särskilt dessa, vilket t.ex. psykiatriprofessor Thomas Szasz framhävt. Vilka annars? De är ju de psykiskt sjuka som drabbas mest av det psykiatriska förbudet mot självmord, det ses inte lika strängt på fysiskt sjuka som begår självmord (då talas det om det som eutanasi, inte som självmord), men det krävs av de psykiskt sjuka att de lider hur mycket som helst. Att en som lidit (psykiskt) outhärdligt i många år inte har rätt att begå självmord är för mig ett stort mysterium, som avslöjar baksidan av vår civilisation. Vi tycks offra våra medmänniskor på lidandets altare bara för att upprätthålla våra regler, som inte har något sinne för livets komplexitet och nyanser, för moralens komplexitet. Vi verkar vara besatta av det kristna budet om att inte dräpa, och blundar för det outhärdliga lidande som vissa av oss bara inte klarar av. Vi ska visserligen göra allt för att lindra lidande och förebygga självmord, men vi måste värna om frihet och människors autonomi in i det sista. Att göra undantag sabbar hela friheten, och gör att vissa av oss nästan inte vågar leva p.g.a. risken att råka ut för outhärdligt lidande som vi inte kan ta oss ut ur, p.g.a. vissa människors regelrytteri. Detta är kärlekslöshet *, som en läkare med emfas sade om sina kristna motdebattörer i en debatt om eutanasi på Almedalsveckan (1). Varför är outhärdligt psykiskt lidande mindre värt än sådant fysiskt lidande? Jag är ett exempel på en som lidit outhärdligt psykiskt, då tanken på självmord var det enda som kunde trösta mig, och jag vet hur hemskt detta lidande kan vara. Kanske det är just därför jag försvarar den allmänna rätten till eutanasi eller självmord både för psykiskt och fysiskt sjuka. Jag tror också att blotta förekomsten av psykiatrisk tvångsvård kan driva psykpatienter in i döden, då de inte klarar av detta skräckinjagande maskineri, med sina ofta (särskilt i början) vidriga mediciner. Jag tror att flera av mina psykiskt sjuka vänner som begått självmord, har gjort detta bl.a. p.g.a. psykiatrins obarmhärtiga metoder. Jag har personlig erfarenhet av dessa. Vi bör behandla psykisk sjukdom med respekt, med dialog, öppna samtal, terapi, kommunikation, kort sagt med kärlek, inte med tvång och brutal makt, såsom jag ofta mött i psykiatrin med mina tio tvångsinläggningar på sinnessjukhus. Och vi bör inte ha detta fascistiska förakt för allt psykiskt avvikande, utan vi bör bemöta psykisk sjukdom med ett öppet sinne som vill lära sig om sjukdomen, inte isolera den och patienten, inte stöta den ut ur gemenskapen, såsom sker nu. Dialog är den viktigaste faktorn här, såsom det finska psykiatriprojektet "Open dialogue" har visat med framgång.

Och överhuvudtaget när det gäller självmord, bestämmer man inte över sin död, bestämmer man inte heller över sitt liv, hur mycket man än inbillar sig att man gör det, och samhället tjänar bra på denna inbillning, som får oss att lydigt ställa in oss i leden. Vår frihet idag är som att välja mellan Coca-cola och Pepsi i kiosken. Vi är helt enkelt tvungna att vara med i karusellen för att överleva psykiskt och fysiskt. Ingen stat berövar oss rätten till att bestämma över vår död utan att även beröva oss rätten till att bestämma över vårt liv. Sverige är inget fritt land, som en aktivist ville påstå i ett evenemang på Almedalsveckan. Det är bara fritt om vi jämför med Kina och Nordkorea. Men jämför vi med de vilda urfolken i Amazonas, så är läget förtvivlat, vi är pengarnas slavar, och tvingas in i jobbkarusellen för att kunna få lite pengar. Själv lever jag på ca. 800 kronor i månaden därför att jag inte vill jobba (detta skrev jag 7.7.2017). Det blir till att bo i skogen i en grotta (visserligen sover

jag också hos min flickvän Titti, men jag bor inte hos henne officiellt) och gå till matutdelningar i kyrkor för att inte svälta. Och nästan alltid måste jag höra på kyrkornas predikan för att få mat. Ett lidande för själen, men ett måste för att få (i mig) mat. Jag förstår väl, p.g.a. mina många år med hemlöshet och utanförskap (som bl.a. alstrat min psykiska sjukdom) varför så många jobbar(,) med sånt de inte tycker om. Det är tungt att komma utanför allt (LEVA I UTANFÖRSKAP). En basikomst skulle underlätta (LIVET) rejält för många, och jag sätter mitt hopp till en sådan.

Vi närmast tvingas av samhället att vara ärkeindividualister och göra karriär, eftersom urfolkscommunityn världen över systematiskt slås sönder och ”civiliseras” och eftersom våra egna urfolk försvunnit (assimilerats i civilisationen) för långt över tusen år sedan. Vad är det för en frihet? Frihet finns endast i gemenskap, ensamhetens frihet är illusionär. Att vara fri att tävla med andra och erövra maktpositioner är ingen frihet. Friheten finns i samarbetet, i att leva ut genom andra. Trädet lever ut genom alla sina blad och grenar, och på samma sätt lever människan ut genom sina medmänniskor. Individualism och karriärism bara bygger murar mellan oss och medmänniskorna. Sverige är inget fritt land eftersom vi dödat communitykänslan bland folket i stort.

* "incarcerating people only because they happen to think their lives are not worth living or because they have attempted to end their own lives is a form of authoritarianism and despotism. In the case of people who have only thought about (not attempted) suicide, it is imprisonment for mere *thought-crime* similar to that illustrated by George Orwell in his novel 1984." (Lawrence Stevens, J.D. i artikeln ”Suicide. A civil right” på följande webbsida:
http://www.antipsychiatry.org/suicide.htm)

(1) Almedalsveckan är en politikervecka som ordnas varje sommar i Visby på Gotland

Utdrag ur en rapport från Almedalsveckan 2017

-Vi träffade under Almedalsveckan en aktivist från Kommittén för mänskliga rättigheter, den global(a?) organisation som bevakar mentalpatienters rättigheter. Aktivisten delade ut en tidning åt oss, som jag slukade begärligt, (PUNKT HÄR) (och) i (I) den är de bl.a. mycket kritiska till psykmediciner (de skriver t.ex. att den antipsykotiska medicinen som jag äter, Zyprexa, är skadlig), och menar att ADHD egentligen inte finns, i enlighet med neurologen Richard Sauls uppfattning i en mycket uppmärksammad bok. De menar också att det att medicinera ADHD-barn med amfetamin är ett övergrepp, vilket jag håller med om. En av mina systrar har gått på bluffen och ger sin sjuåriga pojke amfetamin för att han ska vara lugn. Att civilisationen inte längre tål att barn är vilda eller oroliga, som de flesta av dem alltid har varit genom historien, är bara ett exempel på hur sinnessjukt det kan bli när vi ska psykopatologisera nästan alla aspekter av livet, nästan alla livsproblem, såsom psykiatriker har en tendens att göra. Nästan allt i livet ska diagnosticeras med någon obegriplig diagnos, och medicineras med droger som skadar hjärnan. Om man inte vaknar upp vid inblicken i detta, och ser hur långt förfallet har gått, då vaknar man väl aldrig.

Kommittén för mänskliga rättigheter kan förvisso överdriva och ge felaktiga uppgifter, men i det stora hela tror jag de har rätt, att psykiatrin ofta är destruktiv.

Den psykiatriska tvångsvården och tvångsmedicineringen borde läggas ner

Den psykiatriska tvångsvården är ett arv från barbariska tider, då man plågade dårar på dårhusen med alla möjliga tortyrmetoder, för att därigenom försöka bota dem *. Psykiatrikerna vill avsäga sig all förbindelse med detta arv, men arvet lyser igenom fernissan. Jag upplevde mina antipsykotiska mediciner i början som en sann plåga, men har vant mig vid dem (trots att jag fortfarande har många obehagliga biverkningar, se längre fram i boken). De plågsamma antipsykotiska medicinerna är ett arv från psykiatrins barbari för hundratals år sedan, jag ser det så tydligt.

Jag har varit många gånger tvångsvårdad på mentalsjukhus (som mest i tre månader i sträck), och jag är därför kompetent att uttala mig om den, med förstahandskunskap om den, hur den verkligen fungerar i praktiken.

De första gångerna är det traumatiskt att hamna på sinnessjukhus, eftersom man alltid är där på obestämd tid, man vet inte om man någonsin kommer ut därifrån, eller om man tvingas vara där i tio år, såsom den amerikanska poeten Ezra Pound (1885-1972) råkade ut för.

Tvångsvården borde läggas ner (1), den botar ingen med sina auktoritära, obarmhärtiga, kärlekslösa, kränkande metoder, som inspärrning, tvångsmedicinering, isoleringscell och spännbältes-läggningar. Mentalpatienter borde behandlas precis som alla övriga medborgare, med respekt och med alla sina medborgerliga rättigheter intakta, däribland rätten till sin kropp och sin själ, som berövas dem genom tvångsmedicineringen. Men hur ska vi göra med farliga psykpatienter?, frågar du. Vi skall inte särbehandla dem menar jag, utan om de begår grova brott borde de fängslas (eller få böter vid mildare brott), inte på rättspsykiatriska mentalsjukhus, utan i vanliga fängelser, utan tvångsmedicinering, i human kriminalvård, men med mildare straff än övriga brottslingar, eftersom de inte är riktigt tillräkneliga. Jag har flera gånger suttit i fängelse, en gång i 21 dagar i Serbien, p.g.a. att jag saknade pass, och det var mycket lättare än mina tvångsvårdsvistelser, eftersom jag fick behålla mitt levande själsliv, utan att bli nerdrogad och bedövad av psykmediciner. Det värsta är när den yttre händelselösheten ackompanjeras av inre händelselöshet, vilket sker när man är inspärrad på mentalsjukhus och tvångsmedicinerad på samma gång. Då är både själen och kroppen i fångenskap, vilket ingen människa orkar med. Är det därför vi har så många självmord bland mentalpatienter? Kanske många mentalpatienter är traumatiserade av detta hot från psykatrin som ständigt vilar över oss, traumatiserade av psykatrins grymma metoder? Min gode vän anarkoprimitivisten Ronja Aarniala, begick självmord vid 22 års ålder, och det var bara några månader efter en plågsam tvångsvårdsvistelse (som hon ådrog sig bara för att hon klottat på en mur så att polisen såg det), där hon blivit lagd i spännbälte. Hon klagade över denna behandling på internet, och jag tror den har medverkat till att hon tog sitt liv. Hon orkade inte sådant en gång till. Jag känner även till flera andra

psykpatienter som tagit sitt liv. Och det är allmänt känt inom psykiatrin att mentalpatienter oftare tar sitt liv än vanliga människor.

Inte bara jag har plågats av psykmediciner, jag har hört andra mentalpatienter klaga över dem med en maktlös förtvivlan. Och jag har sett folk så nerdrogade av psykmediciner att de knappt kunde prata. Jag har sett och hört en mentalpatient i Granada, Spanien året 2011 andas tungt, så nerdrogad av psykmediciner var hon. Det var en smärta att höra henne andas. Jag har hört och sett en ung tjej på mentalsjukhus i Stockholm (året 2010), uppsvullen i ansiktet av psykmediciner, klaga och ropa att hon vill ut härifrån (från sjukhuset), "släpp ut mig härifrån!", medan psykvårdare satt vid hennes säng och försökte lugna henne. Jag råkade höra det och steg in i hennes rum där hon satt på sängen och ropade på detta sätt. Jag kan aldrig glömma detta, det var som om psykatrins fina fasad plötsligt rycktes bort, och jag fick se den djupa nöd som psykpatienter kan ha där bakom fasaden, jag fick se psykiatrins offer. En annan gång satt jag vid matbordet på en sluten psykiatrisk avdelning i Åbo (2010), och då fick jag åhöra ett samtal bredvid mig mellan två medelålders mentalpatienter som handlade om att om Nelson Mandela orkade vara 27 år i fängelse i Sydafrika, skulle de nog också orka vara inlåsta här. Det hela sades med sådan förtvivlan i rösten, att det har satt outplånliga spår i mig och min syn på mentalvården. Här tröstar man sig med Nelson Mandelas fängelsevistelse! Så gör man bara i djup nöd, när man släpar sig genom dagarna. En annan mentalpatient i Esbo, Finland, klagade till mig (2008) över att fick psykiatrin en gång tag i en, var man fången i deras nät. Det kan jag heller aldrig glömma.

Tvångsmedicinering borde vara ett brott mot mänskliga rättigheter, det är ett övergrepp (2), det är att kränka patientens själsliga integritet, det är en slags psykisk våldtäkt, att tvinga sig in på en människas heligaste område, själen, sinnet, medvetandet, och manipulera det för sina egna syften. Det är även en effektiv metod att tysta offrens klagan, att bryta ner deras psykiska motstånd så att de inte kan försvara sig, ja det är faktiskt ett hjälpmedel i hjärntvätt av patienter p.g.a. detta. Man blir livrädd för sina läkare (vilket jag varit flera gånger) som har en sådan makt över en och ens medvetande, och kan göra en så illa, så livrädd att man inställer hela sitt tankeliv på att tillfredsställa den såkallade vårdens vilja. Detta har hänt mig flera gånger. Och så, när ens eget psyke nerbrutits, förklaras man tillräckligt "frisk" för att få åka hem. Men det är inte så sant botande går till, detta är ett djupt illusoriskt tillfrisknande, som liknar de bekännelser och "omvändelser" man lyckas få fram i tortyroffer genom tortyr. Psykmediciner har inte botat någon, har bara konserverat sjukdomen, satt locket på. Bakom allt finns problemen kvar. Det är därför som så många får återfall när medicineringen avbryts. Men nästan allt i livet ska numera medikaliseras och nästan allt ska det medicineras mot, inte ens sorgen får vara i fred, den kallas "depression". Viltväxande tankar som går utanför den psykiska normen i samhället kallas "psykos". Har vi inte tankefrihet i dagens Sverige? Om vi har yttrandefrihet skulle man tro att vi även har tankefrihet, men så är det inte. Vi får inte tänka psykotiska tankar, då riskerar vi tankepoliserna, psykiatrikerna och psykvårdarna. Så mycket för tankefriheten i vårt land.

Lagar och regler tycks vara viktigare för läkarna än att lindra lidande och undvika att patienterna hamnar i ett helvete på jord.

Jag föreslår att vi avslöjar psykiatrin genom att lyssna till dess offers berättelser, genom att släppa in dem i litteraturen och samhälls-debatten, där de får försvara sig själva, om de någonsin lyckas resa sig från psykiatrins hjärntvätt och terminologi, som är genomsyrad av en sorts psykisk kolonialism ut i fingerspetsarna, genomsyrad av seklers psykiatriska maktmissbruk. Om detta får ske, om vi vågar se sanningen om psykiatrin i vitögat (som filmen "Psychiatry. An industri of death" gör, och som webbsidan "Mad in America" gör), kanske vi också vågar lägga ner tvångsvården och tvångsmedici-neringen i psykiatrin, och förbjuda alla tortyrmetoder, såsom tvångsmedicinering, av vissa kallad kemisk lobotomi och kemisk tvångströja, vanlig spännbältesläggning och isoleringscell.

* exempelvis kedjade man fast patienter för långa tider. En annan sak som man gjorde var att stänga in patienten i en låda med hål i, som man sänkte ner i vatten, så att patienten nästan drunknade, och sedan lyfte man upp lådan och återupplivade patienten. Uppgifterna är tagna från filmen "Psychiatry. An industry of death".

(1) Frågan om tvångsvårdens nödvändighet är en mycket svår fråga, och jag har ett nyanserat svar på den längre fram i boken, i kapitlet ”Human ekopsykiatri: Alternativ till den konventionella psykiatriska tvångsvården”. Jag förkastar inte all tvångsvård, bara den konventionella, den på institutionerna.

(2) Hur skulle det vara om mentalpatienter blev tvångsmedicinerade med opium eller cannabis? Då skulle det definitivt ses som ett övergrepp. Men tvångsmedicineringen med antipsykotika anses inte som ett övergrepp. Och detta bara för att de medvetandeförändrande drogerna som det här är frågan om (och de förändrar verkligen medvetandet, som alla droger, bara inte lika mycket som opium och cannabis) är lagliga. Hur djupt antipsykotiska mediciner (droger) som t.ex. Zyprexa går in i själen och skadar den, finns bl.a. dokumenterat på följande webbsida:
www.flashback.org/t2303661.

Öppet brev till min psykiatriker Macario

(Originalet skrevs 18.7.2017, små ändringar, strykningar och tillägg har gjorts i texten sedan dess)

Kära Macario.

Påverkad av den kamp för mänskliga rättigheter som Almedalsveckan präglades av, har jag på sistone stått upp mer för vem jag är och för min integritet. Jag har särskilt påverkats av den svenska föreningen ”Kommittén för mänskliga rättigheter”, och dess globala motsvarighet ”Citizens commission on human rights”, som bevakar mentalpatienters rättigheter över hela världen, en organisation som startades i New York 1969 av bl.a. psykiatriprofessor Thomas Szasz. Denna globala organisation är generellt skeptisk till psykmediciner, som den menar inte botar patienterna, utan istället konserverar sjukdomen och skapar drogmissbrukare. Och den menar även, med Szasz, att psykiatrin har gått för långt i att medikalisera och psykopatologisera hela livet,

nästan allt har numera någon psykiatrisk diagnos med tillhörande psykmediciner. Szasz vill hellre tala om "livsproblem" istället för psykisk sjukdom. Det finns inga biologiska tecken på att "psykiska sjukdomar" verkligen är sjukdomar, de är bara "beteendeavvikelser" och "livsproblem" (Psykiatrin är i den bemärkelsen en pseudo-vetenskap). Jag håller så hjärtligt med dem här. De skriver även i sin tidning att Zyprexa är skadlig, den medicin som jag äter. Allt detta gör att jag nu skulle vilja börja trappa ner på mina mediciner, kanske över ett år eller så. Det är också p.g.a. de många obehagliga biverkningarna som mina mediciner har, som jag ska räkna upp här, jag litar inte på mina mediciner, och tror att de även kan skada mig på sätt som jag ännu inte kan upptäcka, som den ökade risken för diabetes och hjärtsjukdomar. Men följande biverkningar plågas jag av/har jag plågats av:

-Jag hade för höga levervärden i ett test för ett par år sedan, vilket jag tror kommer från mina psykmediciner, ty jag har inte intagit några andra gifter (såsom droger, tobak eller alkohol i större mängd) under tiden innan detta test.

-Jag fick förstoppning senaste gång jag började äta antipsykotika, inte länge efter att jag började (i november 2012). Det gick dock över efter hand. Ofta när jag börjat äta mina mediciner igen (under tvångsvårdsvistelser på mentalsjukhus), har jag detta hänt. Jag vet att det kommer av mina mediciner, för de sätter lock på hela min varelse, hela min kropp, däribland matsmältningen. Därav övervikten hos många psykpatienter, matsmältningen blir mer ineffektiv p.g.a. medicinerna.

-Koncentrationssvårigheter. Märks särskilt när jag ska se på youtubefilmer, jag måste hela tiden ta om avsnitt. Stör även min skolgång. Jag tror detta kommer av mina mediciner. Jag hade aldrig detta problem innan jag började ta mediciner för nio år sedan, ja inte innan senast jag igen började med medicinerna igen, för nästan fem år sedan (innan dess har jag bara ätit mediciner i korta perioder då och då).

-Problem med minnet, särskilt kortminnet, vilket försvårar vardagslivet och skolgången. Jag tror även detta kommer av mina mediciner.

-Jag har gått upp sjutton kilo på nästan fem år, trots att jag har kämpat frenetiskt för att äta litet under denna tid (jag brukar bara äta två och en halv gång per dag), och trots att jag motionerat och vandrat mycket under denna tid. Har t.o.m. fått en riktig mage. Jag vill inte bli ännu fetare, så att jag blir överviktig, det är skadligt för min hälsa.

-Jag bajsar på mig med jämna mellanrum, kanske en gång på två veckor. Mina rumphålsmuskler är förslappade av medicinerna. Detta är förnedrande och obehagligt (P.S. Detta skrevs 18.7.2017. När jag senare sänkte dosen till hälften, försvann denna biverkning).

-Jag sover allt för mycket, ofta över tolv timmar per natt. Jag har ett stort sömnbehov, och blir trött på dagen om jag inte sover så länge. Och jag ligger ofta efter att jag vaknat kvar och vill bara tillbaka till sömnen, ofta i över en timme. Ett slags svagt depressionssymptom, jag har inte så stor livslust när jag vaknar. Jag vill inte sova bort min

dyrbara tid (P.S.: mitt sömnbehov minskade avsevärt när jag sänkte dosen till hälften).

-Min kreativitet är förslappad. Jag skriver inte längre lika vackra dikter som tidigare då jag inte åt mediciner. Och även om jag fått tillbaka en del av min kreativitet, så har den aldrig nått upp till de höjder som jag en gång var på.

- Jag har inte riktigt kontakt med mina känslor i vardagen. Jag har inte de vanliga svängningarna i känslorna som vanliga människor har, med glädje och sorg om vartannat, utan jag känner mest samma saker hela tiden, dvs. ingenting. Jag har inte heller så stor livslust, just p.g.a. detta. Är t.ex. inte rädd för att dö. Jag är ganska likgiltig inför om jag lever eller är död. Jag har också dämpad empati p.g.a. detta, vilket skadar mina relationer. Är detta resultatet av någon sorts kemisk lobotomi? Detta är ett intrång i min varelses mest heliga kammare, i min förmåga att känna livet med mina känslor, att förälskas, att känna både djup sorg och djup glädje. Jag saknar det levande själsliv som jag hade innan jag började käka mediciner, för nio år sedan.

-Min sexlust är radikalt nedsatt, minst tio gånger så liten som innan jag började äta mediciner. Detta har haft förödande verkan på min relation till flickvännen Titti, som lider av det. Jag är ganska impotent, med andra ord.

-I början av tiden då jag åt mediciner (2008), var de en sann plåga, jag stod nästan inte ut med dem (jag åt Zyprexa även då), och rymde undan dem två gånger, rymde hemifrån för att slippa dem (jag bodde hos mina föräldrar då). Jag hade konstiga plågor i hjärnan, som jag inte kunde förklara för någon, namnlös smärta, som om min hjärnkemi kommit i olag, som om den var i obalans, som om medicinerna mixtrade med min hjärnas kemi, vilket var förnedrande och kränkande. Jag var också helt bedövad och neddrogad i själen, som en zombie gick jag omkring, särskilt i början. Detta har visserligen blivit mycket bättre, när jag vant mig vid medicinerna, men jag vill inte gärna äta gifter som plågat mig så i början av mitt ätande av dom. De kan inte vara bra för mig på lång sikt. Jag vill inte få skador i kropp och hjärna p.g.a. att ha varit drogmissbrukare. Ja, droger är det rätta namnet för antipsykotiska mediciner, de förändrar medvetandet precis som narkotika, och har skadliga biverkningar precis som narkotika.

- Kan detta vara en biverkning av mina mediciner (Läkaren Peter C. Götszche menar att den medicin jag tar, Zyprexa, hör till de värsta psykmediciner som uppfunnits): För nästan tre år sedan fick jag plötsligt en märklig smutsighets- och skamkänsla, som satt i mitt huvud och i mina ögon. Den uppstod ur ingenting, det fanns ingen handling eller något annat jag kunde peka på som orsaken. Den gick inte bort, och har ännu inte gått bort, även om den sakta har minskat, jag känner den fortfarande tydligt, ibland är den starkare (styrkenivån har planat ut för några år sedan, det blir inte bättre längre). Först trodde jag att den berodde på alla synder jag begått, men kanske är den ett resultat av den kemiska obalans i hjärnan som medicinerna skapar, att mina mediciner mixtrat med min hjärnas kemi?

- En biverkning för min omgivning är att mina mediciner (eller snarare gifter) kommer till slut ut i vattendragen och förorenar och

skadar fiskar och annat liv i vattnen. Jag vill inte medverka till sådant.

Jag hoppas du har förståelse för detta, Macario, och hjälper och stöttar mig till att trappa ner på medicinerna. Jag har även nu en helt annan beredskap för att sluta med medicinerna än de gånger då jag tidigare slutat för snabbt med dem bl.a. p.g.a. att jag nu vill sluta med dem gradvis över ett år. Jag nu är ateist och skeptiker sedan tre år tillbaka, vilket bevarar mig från det magiska tänkande som psykoserna är kända för, alla mina psykoser har varit religiösa. Nu har jag också en flickvän och en bostad, vilket jag inte haft tidigare när jag slutat alltför snabbt med medicinerna, vilket är ett starkt stöd för mig. Vi har även planer med Titti att vistas en månad nästa sommar på en ekoby på Gotland, vilket jag också tror kan vara viktig för mitt psykiska läkande. Helst skulle jag vilja bo på en ekoby när jag slutar med medicinerna, för att hitta ett stödjande miljö för min psykiska läkning. Ensamhet är det värsta när man är psykiskt skör, och det hoppas jag att vi ser till att jag inte hamnar i. Mina studier på Komvux vuxengymnasium är också ett stort stöd, att ha något att kämpa för och en grupp att kämpa tillsammans med.

Jag har ätit dessa gifter regelbundet varje kväll i över fem år. Det får vara nog nu.

Vänliga hälsningar, Lars Larsen

Några tillägg om psykiatrin bakom kulisserna

En kvinnlig mentalpatient på Gubbängens psykiatriska avdelning 2010 kom ständigt till mig och klagade över sitt tillstånd, och uttalade obegripliga meningar som "Hur ska man gude", och verkade mycket rastlös, och vi båda misstänkte att hennes plågor kom av medicinerna. Jag fick ständigt försöka trösta henne så gott jag kunde, och krama hennes händer, men det var svårt att trösta. Instinktivt kände jag på mig att det var medicinerna som gjorde henne så rastlös och förtvivlad, för det verkade som om hon inte kunde vara stilla, vilket är en vanlig biverkning av antipsykotika, s.k. ”akatisi”. Jag själv har alltid gått fram och tillbaka i korridoren på psykiatriska avdelningar, utan att kunna företa mig något, av samma orsaker, en sann plåga. Jag har t.ex. svårt att läsa på psykiatriska avdelningar, de starka medicinerna och overksamheten tar bort läslusten från mig.

Under samma tvångsvårdsvistelse i Gubbängen fick jag mycket obehagliga mediciner, som gjorde att jag hela tiden hade kramp i läpparna, jag visste inte hur jag skulle hålla mina läppar, de verkade inte kunna vila. Jag rymde till slut till Finland, undan psykvården i Stockholm. Tardiv dyskinesi är en vanlig biverkning av antipsykotika, och innebär att man inte kan kontrollera muskelrörelser, och det handlar ofta om läpparna och munnen. Jag tror jag fick de inledande symptomen till detta. Ett medkänslans ord här till alla som lider av detta, jag vet hur svårt ni har det.

En gång på Jorv psykiatriska avdelning i Esbo, Finland, såg jag en medelålders man (han verkade helt "normal") inta en stor mängd piller, kanske femton, tjugo piller, under medicinutdelningen på kvällen. Jag undrade över detta, över den övertro på pillerna som var

verksam i psykiatrikerna i detta fall. Undrade över hur denna man kunde klara av en sådan övermedicinering. Hur denna mans hjärna kunde klara av en sådan cocktail av gifter.

När jag första gången skulle sluta tvärt med medicinerna (2008), blev jag till slut oerhört skör, och fick kämpa med panikångest-attacker i många månader. Detta hade jag aldrig haft innan jag började äta mediciner, och jag är säker på att de kom av den skada medicinerna skapat i min hjärna, den obalans de skapat i min hjärna. Panikångesten kom alltid när jag skulle somna, det var som om jag drogs ner i ett svart hål när jag skulle somna, vilket gjorde mig rädd för att somna. En anarkoprimitivist, Ronja Aarniala, botade denna panikångest genom att hålla mig i sina armar en gång i Helsingfors på en ekoanarkistisk konferens 2009. Efter det har den aldrig återkommit, enbart under de senaste åren har jag känt av svaga efterverkningar av denna panikångest, genom små spasmer i hjärnan som förekommer kanske några gånger i månaden, när jag ska somna (dock, den 7.8. fick jag fem, sex sådana på en kväll). Det känns som en inledning till panikångest, som att panikångesten avbryts genast i början. Jag tror även detta kommer av skador i min hjärna som medicinerna förorsakat.

Jag har även ett problem till som startade några år efter att jag börjat med mina psykmediciner: Jag ska hela tiden riva i huden kring mina naglar, och jag river mig ofta blodig. Jag har försökt sluta med detta flera gånger, men det känns omöjligt att klara av. Det är en oro i mina händer som gör att jag ständigt måste pilla på dem. Kan mina mediciner ha medverkat till denna oro? Det liknar akatisi mycket, oförmågan att sitta stilla som är en känd biverkning av antipsyko-tiska mediciner.

Två böcker på svenska som avslöjar psykiatrins organiserade brottslighet är:

-Peter C. Götzsche: Dödlig psykiatri och organiserad förnekelse. Karneval förlag 2015

-Robert Whitaker: Pillerparadoxen. Karneval förlag 2014

Psykiatrins inhumana syn på mentalpatienter. Och hur vi skulle kunna reformera detta.

Efter många erfarenheter som tvångsvårdad på psykiatriska avdelningar, kan jag säga lite om den syn på mentalpatienter som psykiatrin ofta har, och som gör att de överhuvudtaget kan tvångsvårda och tvångsmedicinera människor så som de gör idag:

Under mina första vistelser på psykiatrisk avdelning, blev jag livrädd för mig själv, för att jag skulle begå brott, eller uppföra mig på ett sätt som psykiatrin skulle straffa. Min rädsla för mig själv blev ett komplex som plågade mig mycket. Bakgrunden till denna rädsla, var psykiatrins stämpling av mig som ”mentalsjuk”. Jag hade då en mörk bild av ”mentalsjuka” som människor som man inte visste var man hade, som kunde göra i princip vad som helst, som man inte kunde lita på, som kunde begå brott hur som helst, som människor som inte hade kontroll över sig själv, som plötsligt kunde göra självmord. Denna bild av ”mentalsjuka” applicerade jag på mig själv efter att psykiatrin stämplat mig som ”mentalsjuk”, och blev

följaktligen livrädd för mig själv, för att jag mitt i allt skulle gå framför en bil på gatan, för att jag plötsligt skulle förlora kontrollen över mig själv, och t.ex. våldta någon.

Efter åtskilliga bekantskaper med s.k. "mentalsjuka", kan jag säga att min bild av sinnessjuka i början var totalt verklighetsfrämmande, baserad på myter, på rädsla och fördomar. S.k. "mentalsjuka" är helt vanliga människor som bara har hamnat i djupa livsproblem, helt vanliga människor som ofta kan gå på jobb och ha partners, som gör allt andra människor gör, men bara har vissa avvikelser från vanligt beteende, såsom att höra röster i skallen, och tänka s.k. "psykotiska" tankar. Men de kan mitt i detta vara helt vanliga människor. Jag har några få gånger mött människor på psykiatriska avdelningar (eller oftare på gatan) som uppfört sig mer i enlighet med den vanliga myten om ”sinnessjuka”, de flesta jag mött på psykiatriska avdelningar har jag inte kunnat skilja från vanliga människor, de flesta har jag fört helt logiska och vanliga samtal med, som med vilka vanliga människor som helst, ja de har uppfört sig helt "normalt".

Men varifrån fick jag den förvridna syn på ”mentalsjuka” som jag hade i början av min karriär som ”mentalsjuk”? Ja, den är en del av vår kulturs mytologi, och den är delvis skapad av psykiatrin själv, genom att den demoniserar mentalpatienter. Den måste göra detta, för att överhuvudtaget kunna rättfärdiga att stänga inne människor som avviker från den psykiska normen, och tvångsmedicinera dem. Psykiatrins mytologi handlar ofta om att psykiskt avvikande människor är oberäkneliga, ja farliga för sig själv och för andra (även om de inte gjort något ont), och att de skulle vara hjälplöst förtappade om inte psykiatrin griper in med sin tvångsvård och sina mediciner. Psykiatrin verkar se det så att om inte de räddar mentalpatienterna, stannar de för gott i sina psykiska avvikelser, och därför behövs tvångsvård och tvångsmedicinering. Och när de har tvångsvårdat en människa, och hen blir bättre, kommer ut ur sin psykos eller sin mani, anser psykiatrin att det är dess och medicinernas förtjänst. Den tänker sällan på att manier och psykoser så gott som alltid går över, och att de ofta skulle ha gått över även om inte psykiatrin skulle ha ingripit med sitt våld. Men den verkar inte tro att andlig förvirringstillstånd och ”manier” kan gå över av sig själv, att naturen har en otrolig självläkande förmåga. Den måste intala sig själv att mentalpatienterna är psykiskt förtappade om inte den ingriper, för att rättfärdiga sitt våld. Och den måste alltid tillskriva tillfrisknandet sin egen förtjänst, för att rättfärdiga sitt våld. Den har någon slags syn på andlig förvirring som något statiskt, något som en människa kan ha resten av sitt liv om inte psykiatrin ingriper. När jag på ett vårdmöte i början av min karriär som ”mentalsjuk” frågade en psykiatriker om inte min sjukdom kunde läkas på naturlig väg, sa psykiatrikern "nej, det är omöjligt, du måste ta mediciner". Detta sade allt om psykiatrin och dess demonisering av det psykiskt avvikande för att rättfärdiga sitt våld. (I denna bok använder jag mig ibland av psykiatrins sätt att tala om psykiska avvikelser som sjukdomar och ”psykoser”, vilket jag egentligen är djupt skeptisk till).

Och så har vi det vidriga fenomenet med att blir man en gång stämplad som schizofren eller något annat av psykiatrin, får man räkna med att bära denna stämpel resten av livet, med allt vad det innebär av svårigheter med att få jobb, svårigheter att få tillit hos människor osv. Även detta ingår ofta i psykiatrins människosyn: en gång ”mentalsjuk”, alltid ”mentalsjuk” (detta gäller särskilt

schizofreni). Om man då inte bevisar det motsatta på något fenomenalt sätt, t.ex. genom att göra lysande karriär i samhället. Men många mentalpatienter är så förstörda av psykiatrins behandling av dem att de aldrig klarar att bevisa sitt tillfrisknande tillräckligt mycket för att bli friskförklarad av psykiatrin och släkt och vän. Inte minst om de går på mediciner. Detta spelar psykiatrin i handen, och förstärker deras övertygelse om att mentalpatienterna behöver dem och deras mediciner livet ut, trots att det ligger närmare sanningen att psykiatrins hårda behandling och stigmatiserande av patienten har förstört hens liv.

Vi gör alla våra unika psykiska resor genom livet. Vi har kriser, omvälvningar, vi går vilse i psykets labyrinter, vi hamnar i sekter och underliga rörelser, vi känner djup sorg och vi har ofattbart kreativa perioder, s.k. "mani". Alla ska få göra sin egen resa i fred, vi ska inte lägga oss i andras psykiska resor, fördöma dem för deras psykiska felsteg, eller straffa dem för deras psykiska avvikelser och irrfärder. Men det är detta psykiatrin gör. Den lägger sig övermåttan mycket i vår mest privata sfär, våra tankar, vår psykiska resa. Ser inte psykiatrin att vi alla är på resa i vårt psyke, att ingen är färdig, ingen är perfekt (och ingen heller är psykiskt förtappad om inte psykiatrin griper in), och att ingen ska behöva straffas för sina psykiska avvikelser? Vi är alla på resa, och alla, varenda kotte, lär oss hela tiden nya saker, och går vidare, reviderar oss och våra felsteg, mer eller mindre, rannsakar oss själva, kämpar vidare för det vi tror på. Jag tänker ibland på vad som hade hänt mig om psykiatrin aldrig hade lagt sig i mitt liv och straffat mig för mina psykiska avvikelser. Jag tror jag hade gått vidare ändå, trots allt. Jag tror jag hade lärt mig nya saker, ändrat mig, gått vidare. Min första psykos handlade om att jag inte ville äta butiksmat, som jag ansåg vara korrupt, och jag trodde att jag var en ny messias som skulle leda mänskligheten tillbaka till naturen. Hade inte psykiatrin straffat mig för detta, tror jag att jag hade lämnat de tankarna till sist, särskilt om mina föräldrar hade fört kärleksfulla dialoger med mig (vilket de inte gjorde) för att få mig på bättre tankar. Ja, jag tror att, när hösten och vintern kom, och ingen annan mat stod till buds än butiksmat, så hade jag, efter att svälten satte in, antagligen kommit på att det inte går att avstå helt från butiksmat, och insett att jag svälter ihjäl om jag inte äter butiksmat. Och i samma veva tror jag att jag efter hand hade insett att det att tro att jag var messias nog var psykotiskt och hybris. Så enkelt hade mina psykiska irrfärder kunnat rättas till. Men psykiatrin och mina föräldrar hade inte detta tålamod med mig, de skulle ha förändring **genast, här och nu**. Och de demoniserade mig genom att tro att jag var hjälplöst förlorad om de inte tvingade mig att avstå från mina planer om att bojkotta butiksmaten.

Om jag ska föreslå något för den nya tidens postpsykiatri, som en nyckel till framgång i behandlingen av psykotiska människor, så skulle det bli **tålamod och tillit**. Lev och låt leva. Ha tålamod med människors psykiska resor, låt dem få ta tid på sig att förändra sig, och låt dem få famla lite i mörkret i fred, utan att du genast kastar dig över dem med plågsamma mediciner. Lita på naturens processer. Kräv inte förändring genast, här och nu. Och i denna tillit och detta tålamod, utöva det som jag tror psykiatrin också lider radikal brist på: **kärleksfull, empatisk dialog, samarbete** och **folkbildning**. Vi måste prata mer med varann, så att vi kan förstå varann bättre. Som det nu är, finns det ett ömsesidigt krig mellan psykatrin och dess offer; båda demoniserar varann*. Som i alla krig, måste freden inledas genom dialog och förståelse för varann, med diplomati. Och böcker och artiklar behöver skrivas, i stor mängd, och psykiatrikerna

särskilt behöver bildning om psykiatrins offer, om den skada de har utövat genom sin såkallade ”vård”. Och allmänheten behöver utbildas om de "mentalsjuka", så vi kan slå hål på myterna om dem. Och mentalpatienterna behöver sätta sig in i psykiatrin och dess historia (de behöver läsa mer!), så att de kan förstå sig själv, samt förstå förtrycket och hjälpa sina psykiatriker att förstå det.

* Fast i många fall har psykiatrins offer inte ens kommit till demoniseringsfasen, så totalt är de överkörda och psykiskt koloniserade av psykiatrin och dess terminologi. De förmår sällan tänka utanför denna terminologi, vilket betyder att de spelar psykiatrin i händerna. Kanske vi måste tillåta att psykiatrins offer överreagerar mot sina bödlar och till viss grad demoniserar dem innan de är kapabla att sätta sig ner och föra dialog med dem som med medmänniskor (1). De måste först få reagera lika kraftigt som filmen "Psychiatry. An industry of death" gör, som "Citizens Commission on Human Rights" gör, en organisation med en väldig vrede i sig över psykiatrins förtryck. Vi behöver även detta för att komma vidare, precis som vreden över Hitler behövdes.

(1) fast helst skulle jag önska att man kunde undvika demoniseringen

Det behövs en Nürnbergrättegång mot psykiatrin

Jag håller på att läsa dansken Peter C. Götzsches bok "Dödlig psykiatri och organiserad förnekelse" (Karneval förlag 2015), och det är en skrämmande läsning. Jag hade inte en aning om att psykiatrin och psykmedicinsindustrin var så korrupt. Jag baxnar. Detta är ingen oseriös konspirationsteoribok, utan en väldigt akademisk bok (Götzsche hänvisar ständigt till studier och experiment, och granskar dessa) skriven av en specialistläkare inom intern medicin och professor i klinisk försöksdesign och analys vid Köpenhamns universitet som har en insiderblick på vad som försiggår inom psykiatrin, trots att han inte är psykiatriker. Men det förvånar mig inte att han inte är psykiatriker, för är man det, är chansen stor att man är hemmablind. Det måste utomstående läkare till för att genomskåda ohederligheten hos de många av kollegerna inom psykiatrin.

När jag läser denna bok, framstår psykmedicinindustrin och psykiatrin som en maffia, inte bättre än knarklangningen på gatan. Ja, boken är väldigt tydlig med att psykmediciner verkligen är narkotika, och många psykmediciner är så gott som **lika skadliga för psyke och kropp som narkotika***, ibland t.o.m. svårare att sluta med än vanlig narkotika. Och detta försiggår inför våra allas ögon, denna organiserade brottslighet kan ingen stoppa, inga lagar finns som kan stoppa det! Det är otroligt.

Götzsche gör en tankelek som han hämtat från Robert Whitaker, som går ut på ungefär följande: Säg att det upptäcktes en sjukdom med samma effekter som den psykmedicinerna har. Den skulle genast

bekämpas ihärdigt, och stora summor skulle gå till forskning om denna sjukdom. Men nästan ingen bekämpar psykmedicinerna.

Värst blir det när jag i boken kommer fram till att även barn utsätts för psykmediciner i hög grad, särskilt i USA, med både antidepressiva, antipsykotika och amfetamin (mot ADHD). Barn har t.o.m. drivits till självmord av psykmediciner. Detta är inte ovanlig bland unga och vuxna heller. Då har man verkligen på allvar gått för långt, för att säga det milt.

T.o.m. barn under två år ges idag antipsykotika. Till den grad tror man på dessa skadliga droger, att man ger dem till små barn. Återigen, då har det verkligen på allvar gått för långt, för att säga det milt. Det är barnmisshandel av värsta sort, särskilt när det handlar om att tysta barn som är för "vilda". Om man skulle ge heroin eller LSD till en tvååring, skulle vi ryta till av ilska, och se att det är ett vidrigt brott. Men nästan ingen reagerar på att man ger amfetamin eller antipsykotika åt barn, med svåra biverkningar, mediciner som skadar hjärnan när den är som mest känslig och formbar.

Psykmediciner ges även till djur, såsom hundar och katter, enligt Götzsche. Ofattbart grymt mot försvarslösa varelser.

Ett exempel från verkligheten på psykiatrikernas övertro på sina droger, att allt ska behandlas med droger: När jag var på Gubbängens psykiatriska avdelning i Stockholm 2010, och fick droger som gjorde att mina läppar kom i kramp, dag ut och dag in (jag kunde inte vila i läpparna, visste inte hur jag skulle hålla dem), bad jag om att få vara utan mediciner. Det fick jag inte, istället sa psykiatrikern att jag skulle få mediciner mot biverkningarna. Detta gick jag inte med på, det kändes som galenskap. Istället rymde jag.

Personalen pratar inte mycket med patienterna på de psykiatriska avdelningarna, i alla fall inte med mig under de tio gånger jag varit tvångsvårdad. För det mesta är jag hänvisad till de andra patienterna. Aldrig någon psykoterapi. Istället bara mediciner, mediciner, mediciner. Personalen sitter oftast i kafferummet och i båset med sina datorer och pratar med varann istället för med patienterna. Psykoterapi borde vara en grundrättighet på varje psykiatrisk avdelning (1).

Det att psykmediciner subventioneras, medan psykoterapin ofta inte får detta (det är inte så lätt att få bra psykoterapi om man inte har pengar), säger mycket om psykiatrin, vilken övertro den har på giftiga droger, medan den nästan helt skiter i det som verkligen hjälper, psykoterapi och empatiska samtal. Jag har aldrig blivit föreslagen psykoterapi av mina läkare och sjuksköterskor/ psykvårdare, förutom en gång, vid Kuppis psykiatriska avdelning i Åbo, och det var efter att jag kommit ut från en tvångsvårdsvistelse där (jag hade behövt den när jag var inlåst). Jag avbröt terapin efter första sessionen, p.g.a. att det var en för dålig terapeut, som inte kunde gå utanför terapeutrollen och svara ärligt på mina frågor.

Psykiatrins knarklangning går ofta till såhär: Fungerar inte den här medicinen, ta den här! Ungefär som att "fungerar inte kokain, ta heroin!" Aldrig är drogfrihet ett alternativ.

En gång på Jorv psykiatriska avdelning i Esbo, Finland, kom en psykiatriker och sade åt mig att hon skulle lägga till en ny

antipsykotisk medicin, Risperdal, till min medicinering. Jag hade hört dåliga rykten om denna medicin, och tiggde och bad psykiatrikern om att inte ge mig den. Det hjälpte inte ett dugg. Det var tvångsmedicinering som gällde här.

Visserligen kan det hjälpa att byta medicin om den man fått är för obehaglig, en annan medicin kan vara mindre obehaglig, men att tvingas göra detta istället för att få välja drogfrihet, är förnedrande, eftersom man blir som en försöksråtta i läkarnas experimentburar, på vilken de experimenterar med all slags vidriga droger. Dessutom har jag aldrig haft tillräckligt tillit till läkarna för att fråga dem om medicinbyte, när jag plågats som mest av dem, jag har inte litat på att de skulle ge mig droger som inte ger mig plåga. Jag har faktiskt inte kommit på att fråga dem om medicinbyte när jag lidit mest. Jag tror detta inte är så ovanligt.

Psykiatrins knarklangning har gått så långt, och har antagit sådana epidemiska proportioner att man borde rensa upp i skiten med en riktig psykiatrins Nürnbergrättegång, där psykmedicinsindustrin skulle tvingas betala skadestånd till alla de människor och barn som fått sina hjärnor och kroppar skadade av psykmediciner, ja psykmedicinsindustrin skulle tvingas betala så mycket i skadestånd att företagen skulle drivas i konkurs, så att vi skulle få ett slut på deras skräckvälde. Och det skulle samtidigt utfärdas lagar som förbjöd de flesta psykmediciner enligt samma kriterier på vilka man förbjuder vanlig narkotika. Bara de absolut mest nödvändiga psykmedicinerna, som ångestdämpande och sömnmedel, kanske benzodiazepiner, skulle tillåtas. Götzsche föreslår att man behandlar psykoser med benzodiazepiner istället för med antipsykotika. Det låter bättre, fast jag inte vet hur skadliga dessa mediciner är. Jag skulle i såfall säga att man bara skulle ta detta preparat för att lugna sig i den mest akuta fasen av psykos. Ingen tvångsmedicinering, och bara för en kort tid. Fast även detta skulle jag egentligen inte rekommendera, eftersom även benzodiazepiner är beroende-framkallande, och kan leda till hjärnskador.

* Så gott som alla psykmediciner, antidepressiva, antipsykotika, ADHD-mediciner, kan leda till hjärnskador, enligt professor Götzsche.

(1) Psykoterapin är också långt mer human än psykiatrin, det går inte nästan att jämföra dessa två.

Något mer om Peter C. Götzsches bok och psykiatrin

Peter C. Götzsche skriver i sin svidande uppgörelse med psykiatrin, "Dödlig psykiatri och organiserad förnekelse" (Karneval förlag 2015) om ett oerhört tragiskt fall inom den danska psykiatrin, Luise Christensen, som dog 2005 på psykiatrisk avdelning av psyk-medicinförgiftning (antipsykotika). Hennes mor publicerade en bok år 2012 som heter "Käre Luise". Peter Götzsche skriver att den boken borde vara obligatorisk läsning för alla som vill bli psykiatriker. Och han anser att den som kan läsa den utan att gråta bör inte bli psykiatriker.

Luise Christensen plågades i flera år med allt för höga doser av antipsykotika som gjorde att hon kräktes. Det hindrade inte hennes

psykiatriker från att höja dosen alltmer, ända tills hon dog av medicinförgiftning*. Hennes mor kämpade allt hon kunde mot medicineringen, men förgäves. Efter att Luise dog försökte hennes mor anmäla psykiatrin, föra saken till rätten, men hon lyckades inte. Ingen trodde på henne, inte myndigheterna, inte psykiatrin. Psykiatrin ansåg att Luise hade dött en "naturlig död", och ville inte veta av något annat.

Luise plågades verkligen av sina mediciner, det var tortyr för henne, så till den grad att hon vid flera tillfällen bad om att bli lagd i spännbälte, vilket hon föredrog framför ett ännu värre alternativ - att få extra läkemedel via injektion. Jag kan bekräfta detta genom mina egna erfarenheter, att psykmediciner är en form av tortyr (för mig i början), och att jag själv också skulle föredra spännbälte framför psykmediciner, för att skydda min psykiska integritet, så att ingen skulle kunna skada mitt psyke med gifter.

Jag skulle gå så långt som att säga att det att utsättas för tvångsmedicinering med psykofarmaka, ja för psykisk-kemisk ”kolonialism” ut i fingerspetsarna, är bland de värsta förnedringarna en människa kan utsättas för, i klass med våldtäkt. Ja, det är en psykisk våldtäkt, och en som pågår länge. Att någon stämplar mig som galen för att jag avviker psykiskt, och därför får mixtra fritt med min hjärnas kemi, så att den kommer i obalans och jag blir ännu sjukare, ja upplever mig torterad, ja det är så ohyggligt att jag saknar ord.

Götzsche skriver också följande: "Sovjetiska dissidenter beskrev neuroleptika (antipsykotiska mediciner, min anm.) som den värsta formen av tortyr". Vi måste börja ta dessa sovjetiska fångars ord på allvar, och börja kämpa för mentalpatienterna.

Jag kommer här att tänka på min f.d. flickvän i Åbo, som för sju år sedan var en fyrtioårig mentalpatient, "mentalsjuk" sedan ungdomen, och som var så nerdrogad av mediciner att hon inte orkade göra något. Hon bodde hos sin gamla mor, och låg bara i sängen och soffan hela dagarna. Detta berodde även på att hon hade katatoni, ett tillstånd som kan utlösas av antipsykotiska mediciner, vilket gjorde att hon inte vågade gå ut. Hon läste inte, tittade inte på TV, låg bara där orkeslös hela tiden. Och hon tog rätt mycket medicin. Hon hade en slags mild tardiv dyskinesi, hennes läppar var liksom i kramp hela tiden, precis som jag hade haft det 2010 på Gubbängens psykiatriska avdelning. Man såg på henne att hennes läppar inte var normala, dom såg underliga ut, hon höll dem på ett märkligt sätt. Jag kände mig maktlös, visste inte hur jag skulle hjälpa henne. Hennes mor hade också kämpat en bitter kamp mot medicinerna, när hon såg hur illa de gjorde hennes dotter, men det var en fruktlös kamp.

Peter Götzsche är ännu radikalare än jag varit på min blogg, och förespråkar fängelsestraff för psykmedicinföretagens chefer. Jag håller med honom, de har gjort brott mot mänskligheten. Även många ledande psykiatriker borde få fängelsestraff, de som samarbetat med psykmedicinföretagen, de som varit upphov till att folk begått självmord och mord, ja som varit upphov till förgiftningar av psykmediciner (under tvångsmedicineringar). Alla dessa borde inte bara fängslas, utan borde även betala skadestånd till dem de skadat.

Götzsche skriver att "vissa patienter begår självmord efter en sådan upplevelse" (han menar efter tvångsvård). Finns det något värre brott än att behandla en människa så illa att hen tar sitt liv? Detta får mig att tänka på filmen Dead Man´s shoes” (2004). Filmens huvudpersons bror var "utvecklingsstörd", och hade mobbats starkt av ett gäng missbrukare och brottslingar, de utförde vidriga experiment med honom, lät bl.a. en kvinna våldta honom, och förde honom ut till en gammal ruin utanför staden som de kallade "The devil´s house". Den "utvecklingsstörde" grät och ropade "I don´t want to go to the devil´s house!", men de släpade honom dit, och lämnade honom där ensam. Han hängde sig sedan i ruinen, av skräck och förtvivlan. Hans bror fick veta allt detta, och blev så vred att han beslöt sig för att hämnas. Han sökte upp alla förövarna, en efter en, och mördade dem efter att ha skrämt vettet ur dem. När han kom till siste man, tog han honom ut till ruinen, men där bad han förövaren att mörda sig, han tyckte att han blivit ond av all hämnd, och förverkat rätten att leva. Förövaren vill inte, men övertalas till sist. Så slutar filmen.

Denna film gjorde djupt intryck på mig, och det är inte svårt att se kopplingarna mellan psykiatrikerna och deras offer – några av samhällets mest sårbara människor, psykpatienterna - och plågo-andarna i filmen och den ”utvecklingsstörde” ynglingen.

* det påminner lite om popstjärnan Michael Jackson, som dog av överdos av lugnande mediciner.

Ett exempel på hur samhället ställer saker och ting på huvudet

Jag har en vän som ständigt har svåra smärtor, och går på smärtstillande. Han får inte de smärtstillande mediciner han vill av sin läkare, fast han har kämpat, och han är frustrerad. De som han får är inte tillräckligt effektiva.

Och så har jag en annan vän som hade lungcancer, och som också hade svåra smärtor och gick på smärtstillande. De var heller inte tillräckliga. Och det som verkligen skulle ha hjälpt honom, cannabis (enligt honom själv och hans sambo samt många andra), fick han inte utskrivet. Han är död nu, han dog av överdos av smärtstillande, som sakta tog livet av honom i förtid, dom tvingades ge honom så starka grejer, eftersom han inte kunde få rätt medicin.

Jag har för mig att detta inte är ovanligt. Har jag rätt?

Detta är hemskt nog, men hemskare blir det när man betänker att psykiskt avvikande människor tvångsvårdas och mobbas på psykiatriska avdelningar för sina avvikelser, och tvingas äta psykmediciner mot sin vilja som de ibland upplever som tortyr (särskilt i början, så var det med mig).

Fattar ni? Människor som verkligen lider, får inte adekvat medicinering som kan stilla deras smärtor, fast dom kämpar för att få dessa med sina läkare, medan människor som inte lider, utan bara är psykiska avvikare, tvingas äta mediciner som plågar dom, fast dom kämpar allt dom kan emot dessa gifter, för rätten att inte bli nerdrogade och torterade av dessa gifter.

Saker och ting är på huvudet, alltså.

Den som inte av detta upptäcker civilisationens ruttenhet och korruption, kommer nog aldrig att vakna.

Om de gånger jag var tvångsvårdad på psykiatriska avdelningar i Italien och Ungern

På mina tre luffarfärder till Sydeuropa (en gång till Serbien, en gång till Italien och en gång till Spanien) har jag två gånger hamnat på psykiatrisk avdelning, en gång i Szeged, Ungern (vintern 2010), och en gång i Milano, Italien (våren 2010). Nu ska jag berätta lite om dessa två gånger:

I Ungern gick det till såhär: Jag hade blivit tvångsförvisad från Serbien till Ungern, eftersom jag inte hade visum (och först inte pass, men jag fick ett sådant under en 21 dagars fängelsevistelse i Novi Sad, dit jag skickades för att jag inte hade pass). Nära Ungerska gränsen, dit jag skickades, var jag med om en olycka, jag simmade över en å med tunn is på, naken, eftersom jag gått vilse i skogen, förlorat mina stövlar genom att jag tagit av dem och inte kunde ta dem på igen p.g.a .de krympit i kylan. Till slut trampade jag genom isen i en å, och beslöt mig för att simma över ån till ett hus med fönster som lyste, mitt i natten, i desperation, för att söka hjälp. Huset var befolkat, och jag fick hjälp, och skickades först till ett sjukhus som vårdade mina sår efter isen i ån, och sedan skickades jag till ett hem för hemlösa. Där uppförde jag mig lite underligt, jag minns bara att jag gjorde underliga ljud där, vilket gjorde att jag skickades till psykiatrisk avdelning, allt för lätt, utan knappt någon orsak (jag minns att jag inte gjorde något särskilt, bara dessa underliga ljud och klagoläten). Jag var allra minst farlig för mig själv eller andra, vilket brukar vara kriteriet för att man blir tvångsvårdad, vilket jag blev. När jag kom till den psykiatriska avdelningen pratade jag med en psykvårdare, som sade till mig att de skulle ge mig mediciner. Då sade jag att jag tänkte kämpa med min kropp för rätten att inte behöva äta gifter. Det lyckades inte, två, tre vakter brottade ner mig och en läkare gav mig injektion med psykmedicin. Detta var förnedrande. Jag kände mig maktlös.

Det låg en gammal man bredvid mig i mitt rum på psykiatriska avdelningen i Szeged, i spännbälte. Jag var förtvivlad över hans situation, och försökte komma på hur man öppnade spännbältet, men utan resultat. Jag tyckte detta var oerhört grymt mot den gamle mannen. Mannen var i spännbälte eftersom han ofta föll ner på golvet från sängen. Om psykiatrikerna hade varit uppfinningsrika i det goda, skulle de ha placerat en madrass på golvet och lagt mannen där. Jag ångrar att jag inte kom på det och sade det till psykiatrikerna och psykvårdarna.

En annan äldre man skulle hela tiden packa sina saker för att gå ut ur avdelningen, men det lyckades aldrig. Ytterdörren var låst. Han gjorde detta om och om igen. Han verkade inte förstå att ytterdörren skulle fortsätta vara låst i oöverskådlig framtid.

Jag fick tag i ett ungerskt Nya Testamente, och lärde mig från denna några ungerska ord, såsom "Kristztus feltamadott", som betyder "Kristus är uppstånden". Jag gick omkring på psykatriska avdelningen och sade dessa ord till olika människor.

Jag minns särskilt att jag mötte en ung man där som var där eftersom han försökt ta sitt liv genom att sätta en massa tuggummi över sin kropp (det lät otroligt, men så berättade han). Och så mötte jag en jurist som var tvångsvårdad där. Båda dessa verkade så förtvivlade över sitt öde.

Efter nio dagar fick jag flyga hem till Finland, en resa som betalades av min bror Erik. Jag är honom evigt tacksam för detta. Men det var nio allt för långa och smärtsamma dagar, jag var rastlös i väntan på att få komma ut.

* * * *

I Milano, Italien, gick det till såhär: Jag hade kastat brödsmulor på polisen på tågstationen i Milano, och polisen tog mig till en psykiatrisk avdelning på grund av detta (allt för dåliga skäl!) för att tvångsvårdas där. Väl framme på den psykiatriska avdelningen intervjuade de mig, men jag svarade bara med att "tala i tungor", dvs. babbla obegripligheter på ett språk som jag hittat på. Jag kunde inte ens skriva mitt namn utan att jag skulle rita krumelurer kring bokstäverna, varje bokstav blev som små konstverk. Allt detta ledde till att de till slut satte mig i spännbälte (allt för dåliga skäl!), där jag fick ligga i en timme i väntan på läkaren. Denna timme var ohygglig. Det var första gången jag låg i spännbälte vid mina sinnens fulla bruk (jag har legat i spännbälte på Jorvs sjukhus, Esbo, 2008, men då var jag så nerdrogad och borta att jag inte fattade vad som hände). Jag fick svår ångest och panik (inte minst på grund av att jag lämnades ensam största delen av tiden), och det kändes som om det aldrig skulle ta slut. Det var något av det värsta jag upplevt i mitt liv. Och detta bara på grund av att jag talat i tungor och inte svarat på läkarnas frågor! Vilket övervåld! Vilket skräckvälde!

Sedan släpptes jag fri, och blev tvångsmedicinerad med så ohyggliga mediciner att det kändes som om jag inte orkade mer. Inte en gång till medicintortyr, tänkte jag. Jag blev så desperat att jag drack lite av mitt eget kiss i tron på att detta skulle vara ett motgift mot medicintortyren.

På denna psykiatriska avdelning minns jag särskilt att jag mötte en ung kvinna som var modell, som visade mig modellbilder av sig. Hon var så förtvivlad över att ha hamnat där.

Efter några dagar på psykiatriska avdelning i Milano, lyckades jag rymma över taket från innergården. Jag upptäckte nämligen att det fanns en bänk i innergården som var rätt lång. Jag rymde genom att ställa bänken på ändan, så att jag kunde klättra upp på den och över till det rätt låga taket på byggnaderna kring innergården (denna hade inget tak). Sedan gick jag över taket, och hoppade ner på anda sidan, till friheten. Jag var mycket lättad!

Något om min erfarenhet av psykoterapi

Det att psykmediciner subventioneras, medan psykoterapin ofta inte gör det (det är svårt att få psykoterapi om man inte har pengar), säger mycket om psykiatrin, vilken övertro den har på giftiga droger, medan den nästan helt skiter i det som verkligen hjälper, psykoterapi

och empatiska samtal. Jag har aldrig blivit föreslagen psykoterapi av mina läkare och sjuksköterskor/psykvårdare, förutom en gång, vid Kuppis psykiatriska avdelning i Åbo, och det var efter att jag kommit ut från en tvångsvårdsvistelse där (jag hade behövt den när jag var inlåst). Jag avbröt terapin efter första sessionen, p.g.a. att det var en för dålig terapeut, som inte kunde gå utanför terapeutrollen och svara på mina frågor.

Något om åldringsvården i USA. Och om psykiatriutbildningen idag.

"...och ändå tar en tredjedel av alla äldre som bor på vårdhem i USA antipsykotiska preparat" (Peter C. Götzsche)

"En amerikansk psykiatriker har sagt: "När jag utbildades på 1980-talet läste vi 50 % psykoterapi och 50% biologisk medicin. I dag får den genomsnittliga psykiatristudenten inga psykoterapeutiska kunskaper alls. Det enda som de kan erbjuda efter det är piller." (Peter C. Götzsche)

Båda citaten är från Götzsches bok "Dödlig psykiatri och organiserad förnekelse" (Karneval förlag 2015)

Peter C. Götzsche om att medicinera barn med psykmediciner

Peter C. Götzsche skriver i sin bok "Dödlig psykiatri och organiserad förnekelse" (Karneval förlag 2015) följande:

"Peter Breggin har föreslagit att vi ska förbjuda förskrivning av psykofarmaka till barn *, precis som vi har förbjudit fysisk misshandel och sexuella övergrepp. Jag håller fullständigt med om att psykiatriskt neddrogande av barn är ett slags barnmisshandel som bör förbjudas, med ytterst få undantag. Vi får inte slå våra barn, men vi får förstöra deras hjärnor med läkemedel. Vi medikaliserar de oundvikliga konflikter som uppstår mellan föräldrar och barn, och metylfenidat (Ritalin) har blivit den moderna versionen av björkriset. Det är ett flagrant missbruk av en felaktig medicinsk modell och ett allvarligt brott mot barns rättigheter, och det måste upphöra.

Drogade barns hjärnor utvecklas inte som de ska, utan utvecklas som en reaktion på en giftig inre miljö. Dessutom är den stigmatisering och dåliga självkänsla som ofta följer av psykiatriska diagnoser och behandlingar särskilt förödande för barn som ännu inte har format sin personlighet. Det kan hämma framtida möjligheter även om man bortser från de hjärnskador som kan uppstå på grund av läkemedlen."

* Webbnyhetssajten ”Natural news” har en artikel 27.8.2017 med namnet ” Over a million children under the age of six are currently on psychiatric drugs in America”.

* * *

Psykiatrikernas nedtystande av de "mentalsjukas" psykiska problem med tvångsvård och tvångsmedicinering med kemiska gifter är inte särskilt mycket smartare än diktatorernas nedtystande av landets oppositionella krafter med hjälp av våld och censur, och röjer något av samma mentalitet.

Om att vara uppfinningsrik i det goda

Jag har skrivit tidigare om den gamle mannen som låg bredvid mig i mitt rum på psykiatriska avdelningen i Szeged, Ungern (2010), i spännbälte. Som sagt, om psykiatrikerna hade varit uppfinningsrika i det goda, skulle de ha placerat en madrass på golvet och lagt mannen där. Jag ångrar att jag inte kom på det och sade det till psykiatrikerna och psykvårdarna. Men kanske psykiatrikernas och rummets anständighet var viktigare än att mannen inte skulle läggas i spännbälte?

Detta är något som kännetecknar Systemets koloss; klumpigheten och bristen på uppfinningsrikedom i det goda. Vi är otroligt uppfinningsrika i att skapa lyx åt de rika, vi skapar ofattbart mycket och ofattbart avancerad ny teknologi, men när det kommer till de svagaste, t.ex. de hemlösa, mentalpatienterna och åldringarna, då är vi förvånansvärt tafatta. Men vi behöver inte ny teknologi, vi behöver basal trygghet och medkänsla, basal omsorg om de basala behoven. Systemet har en underlig tendens att det är alltid är de fattigaste som får betala den största notan i finanskriser och recessioner, de rika och bankerna räddas med stora räddningspaket (minns ni finanskrisen 2008?). Uppfinningsrikedom i det goda, någon?

Eller vad säger ni om traditionen att fika kaffe och kakor/bullar på sjukhus och åldringshem? Detta som är så vanligt överallt? Våra sjukaste och svagaste uppmuntras till att äta kakor och bullar! Man undrar om deras vårdare någonsin har läst en bok om hälsa. När man är sjuk och gammal behöver man så nyttig mat som möjligt, så att kroppen kan återhämta sig och bli stark. Kakor och bullar är tomma kalorier som bara gör en fet, och övervikt är särskilt ett problem bland gamla och mentalpatienter. Övervikt är dåligt för hela hälsan hos en människa, och gör att man blir lättare sjuk. Har inte sjukhusens och åldringshemmens personal kunnat klura ut detta? Uppfinningsrikedom i det goda, någon?

Varför har vi byggt städer överhuvudtaget?, kan man undra. Vi vet ju vad det leder till. Rika som lyxar sig medan gatubarn och hemlösa bor på gatan (vad detta är, vet jag som f.d. hemlös. Och jag ha sett sådant elände hos andra hemlösa). Himmel och helvete. Vore det inte bättre med lite jämnare fördelning av lidande och lycka? Lite utjämning, istället för att någon ska vara i helvetet medan andra är i himlen? Vi har faktiskt realiserat de kristna fundamentalisternas andevärld. Om bara en enda människa tvingades till helvete p.g.a. min livsstil, skulle jag avstå från den. Och jag menar att vi bör avstå från staden om det bara tvingar en enda människa till att leva i helvetet. Och det är inte bara hemlösa som lider av städerna, det är också våra husdjur, hundarna inte minst. Inte bara de hemlösa, men även husdjuren skulle uppleva det som en befrielse om vi alla flyttade till landsbygden och levde där i små byar, där husdjuren fick

gå fria. Som jag sagt tidigare på bloggen har de vilda urfolken i världen inga hemlösa, ja hos dem är lidande och lycka långt mer demokratiskt fördelat. Och vi skryter över vår svenska demokrati! Det är demokratiskt bara på ytan, jämlikheten lyser med sin frånvaro nere på botten.

Om vi var lite mer uppfinningsrika i det goda, skulle vi hitta sätt att vända skutan och återgå till landsbygden, så att vi kunde rädda hemlösa och husdjur ur en plågsam och tråkig tillvaro, (ja) så att det inte vore möjligt att falla igenom trygghetsnäten och bli hemlös. Förvisso förlorar då de rika sin himmel, men de kommer inte at hamna i helvetet, utan bara komma ner ur sina bubblor, ner på jorden i den basala verkligheten, på lika fot med de andra. Varför är inte detta politikernas stora passion? Jag tror det är för att de har samma problem som psykiatrikerna och personalen på sjukhusen och åldringshemmen i mina exempel ovan. De s.k. "framstegen" har förblindat dem för den basala verkligheten. Traditioner och anständighet har förblindat dem. Media har förblindat dem så att de tappat uppfinningsrikedomen i det goda.

Är vi inte uppfinningsrika i det goda, blir vi det lätt i det onda.

Ett av de vackraste exempel på att vara uppfinningsrik i det goda som jag har varit med om, är när jag var tvångsvårdad på Jorvs psykiatriska avdelning i augusti 2008 (i Esbo, Finland) efter att ha fastat i fyrtio dagar på vegetarisk råkost, och fått en attack av andlig förvirring där jag trodde att jag var en ny messias som skulle leda mänskligheten tillbaka till naturen, Jag vägrade äta butiksmat (som jag ansåg vara korrupt), bara mat från mors trädgård och vilda växter. Jag åt inte på tre dagar på avdelningen, och tvångsmatades till slut med dropp (jag var mycket smal och svag då). När jag kom tillbaka till den psykiatriska avdelningen från droppavdelningen, kom min mor och far på besök, och då hade mor med sig bär till mig från bärbuskarna i sin trädgård, just det som jag ätit mest av strax innan jag tvångsvårdades. Detta väckte en lust i mig att äta, jag åt bären, och sedan tyckte jag att jag lika gärna kunde äta vanlig mat igen. Hade inte mor gjort detta, vet jag inte hur det hade gått, kanske hade jag framhärdat i min fasta, hur länge vet inte jag. Men mor gjorde precis det rätta, hon kände min psykos, och visste att jag bara ville äta mat som inte kom från butiker, mat från hennes trädgård. Kanske detta inte hade gillats av psykiatrikerna, om de hade vetat? Det var kanske inte psykiatriskt korrekt, men det var moraliskt korrekt, det var att vara uppfinningsrik i det goda. Jag skall aldrig glömma detta, tack mor för din finkänslighet!

Något om Ben Hur-filmen och det nutida Romarriket. Samt något om messiaskandidater.

Ben Hur måste vara en av de mest påkostade filmerna någonsin, och även den estetiska kvaliteten är en av de bästa jag sett, en mycket rörande film, jag grät två gånger medan jag såg den nyss. Jag har sett den en gång tidigare, när jag var ca. 10-11 år gammal, men nu såg jag den med en helt annan förståelse. Jag tänkte särskilt på hur Romarriket på Ben Hurs tid påminner om Amerika idag, Amerika är det nya Romarriket, sedan ungefär hundra år. Det lägger hela världen under sig och sprider våld och förstörelse där de går fram (detta borde Charlton Heston ha insett, skådespelaren som spelade Ben Hur, men han röstade tyvärr på George Bush, både den äldre

och den yngre). Och tyvärr, Israel är allierat med detta Romarrike idag, och har samma militarism och tyranni som Amerika. Mycket har liksom ställts på huvudet sedan Ben Hurs dagar, då judarna var en förtryckt minoritet, ockuperade av romarna. Nu är det palestinierna som är våra dagars förtryckta minoritet i Mellanöstern, likt judarna på Ben Hurs tid. Romarna var den tidens stora hedningar, och var Imperiet, och muslimerna är de stora hedningarna idag (och är de koloniserade). Detta tänker kanske inte Israeler på när de ser Ben Hur-filmen. De vill gärna se sig i offerställning, trots att de har Amerika bakom sig. Skulle de inse att Amerika är det nya Romarriket, skulle de tvingas omvärdera sin historia grundligt, ja de skulle tappa ansiktet inför sig själva. Särskilt om de såg parallellerna mellan Romarrikets tortyr av sina brottslingar genom korsfästelse-straffet, och deras egen tortyr av palestinska fångar i Israel, och USA:s välbekanta tortyr av muslimska fångar i Guantanamo. Det är ofta supermakterna som torterar, som på Romarrikets tid, och Amerikas supermakt är inget undantag från den regeln. Amerika kan göra nästan vad de vill, eftersom de är världspolisen. Jag anser att tortyr är något av det värsta en människa och en stat kan göra sig skyldig till. Särskilt om den är långvarig och man berövas möjligheten att ta sitt liv under en sådan tortyr. Men även i Sverige, en allierad till Amerika precis som Israel, förekommer tortyr. Problemet är bara att den utövas på människor så svaga och utsatta att de inte kan försvara sig; t.ex. mentalpatienterna. Jag är ett vittne om detta, som f.d. mentalpatient, och jag behöver inte orda mer om det, jag har skrivit tillräckligt om det här i boken. Kemisk tortyr med gifter som t.ex. "antipsykotika" är den värsta tortyrformen i Sverige, enligt min mening. Välkommen till Romarriket, som bekämpar upprorsmän och avvikare med kemiska bekämpningsmedel. Allt detta härstammar förstås från Amerika, "Mordors" centrum.

Med tanke på allt detta, finns det mycket att hämta i Ben Hur-filmen, om hur ädel Ben Hur var, och vilken kamp han förde för sin familj och mot Romarriket, trogen sin lilla förtryckta minoritet i Israel. Och då som nu, stackars den som råkar i misstag utmana de styrande för mycket, såsom Ben Hur blev anklagad för att göra när hans syster i misstag fick det till så att takstenar föll över regenten! Det blev en resa genom helvetet för Ben Hur. En sådan resa har jag också gjort, som misslyckad självutnämnd "messiaskandidat" i messiaspsykos 2008, i uppror mot samhället och min far, en psykos om att jag skulle befria mänskligheten ut ur vårt Romarrike, tillbaka till enheten med naturen. Resultat? Tortyr, så som det så ofta går med rebeller. Påminner om många andra "messiaskandidaters" öde, faktiskt. Men i mitt fall, tortyr genom psykiatrin, på ett sätt som inte syns och märks, eftersom man bekämpar en människas psyke och kropp med kemiska gifter istället för att piska och åsamka synliga skador. Och detta istället för att föra dialog och hjälpa med ömhet och kärlek. Var alltså varsamma, ni potentiella partisaner och rebeller, var inte dumma och akta er för psykiatrin. Håll huvudet kallt! Använd inte terminologin "messias" om ni är jesusliknande anarkistiska rebeller mot det nutida Romarriket, det retar gallfeber på makthavarna, och är ett säkert sätt att hamna i den nutida inkvisitionens klor, alltså i psykiatrins klor. Bättre då att hamna i fängelse, de förstör i alla fall inte ens känsloliv med gifter. Jantelagen råder nämligen här; kom inte här och tro att du liknar Jesus, kom inte här och tro att du är en messias! Även om ditt liv liknar den mytiske Jesus´ liv hur mycket som helst, prata inte det språket, för samhället hatar inget mer än att förlora sitt monopol på Jesusmyten, förlora tron på att det är de styrande och kyrkans präster och biskopar som är de sanna messiasarna som liknar Jesus mest av

alla. Och de vill också alltid få det till att du utnämner dig till världspresident och Gud själv om du säger att du är en messias, så förvridna tankar har de om messiasskapet*, de har dyrkat Jesus som världspresident och Gud i så många sekler. Och psykiatrikerna är också livrädda för religion och andlighet och allt som kan utmana deras monopol på hur saker och ting ska tolkas för att man ska anses frisk. De har utvecklat ett sådant välde på detta område, att du måste vara försiktig om du har anspråk på att vara en anarkistisk rebell. Religiösa termer är förbjuden mark här, du får inte anspela på tidigare religiösa rebeller som den mytiske Jesus eller Johannes Döparen, även om ditt liv liknar hans mer än man kan gömma. Särskilt om det rör sig åt vildmanshållet (om ditt liv liknar Johannes Döparen mycket) ska du vara försiktig, eftersom det nutida Romarriket verkar sky den vilda naturen som pesten (i praktiken, den är besatt av herradöme över den vilda naturen och tämjande och förstörande av densamma), och få saker är det och dess psykiatriska bödlar så förhatligt som en "vildmans-messias". Jag har erfarenhet av detta, och vet om andra vildmän och vildkvinnor som råkat illa ut.

* jag tänker på skillnaden mellan den kristna högerns syn på messiasskapet (tänk på vad Jesus skall göra i hans återkomst enligt dem), och Nya Testamentets syn där Jesus sade: *"Men så är det inte hos er. Den som vill vara stor bland er skall vara de andras tjänare, och den som vill vara den förste bland er skall vara de andras slav. Inte heller Människosonen har kommit för att bli tjänad, utan för att tjäna och ge sitt liv till lösen för många."* (Matt. 20:26-28). I mitt ekoteologiska verk "Djurisk teologi. Paradisets återkomst" (2010) kallar jag denna inställning för att härska "underifrån", vilket är något helt annat än att härska "ovanifrån". Den som härskar underifrån går före med gott exempel, "härskar" genom sitt exempel, inte genom våld och makt och poliser. Så har alltid mitt syn på messiasskapet varit, även när jag hade min messias"psykos". Jag hade aldrig planer på att bli en världsdiktator, som psykiatrin ofta tror om den som tror sig vara messias. Och jag har känslan av att detta är fallet med många andra "messiaskandidater". Det är mer frågan om vem som går före med bäst exempel, inspirerar andra bäst, inte om vem som är "störst", har mest makt och mest status i världslig mening. Därför kan ingen någonsin veta vem som verkligen bär messiasmanteln, den sanna messiasen kommer aldrig att utnämna sig till messias och kung officiellt, precis som Jesus enligt myten aldrig gjorde det på jorden. Men detta är mer religiösa spekulationer, jag är som ateist skeptisk till hela messiasmytologin och till uppfattningen att det finns en enda messias som gömmer sig någonstans bland folkmängden.

* * *

Vi lever i en galen värld. Ser inte psykiatrikerna det? Varför är de så måna om att upprätthålla denna galna värld? Varför så lite civilisationskritik bland dem, även om t.o.m. den flummige Freud var civilisationskritisk (särskilt i boken "Vi vantrivs i kulturen", skriven redan 1930)? Ser de inte kopplingen mellan hur galen världen är och hur galna människorna blir? Psykiatrikerna är med och upprätthåller den värld som gör patienterna sinnessjuka, och sedan straffar de dem för att de insjuknat. Det är som en man som sätter ut en rävsax för en annan människa, och när hen fastnar i misstag i rävsaxen, straffas hen av förövaren för att hen vågade utmana denne på detta sätt. Detta är galningars logik. Jag upplever

ibland psykiatrikerna som mer galna än patienterna. De är besatta av att försöka bota (ofta snarare bestraffa) symptom, men lyfter inte ett finger för att gå till roten av problemen, och verka för att vi ska trappa ner på denna omnicidala och galna civilisation.

Human ekopsykiatri: Alternativ till den konventionella psykiatriska tvångsvården

Jag har skrivit utförligt här i boken om den konventionella psykiatrins ruttenhet. Men om jag ska kritisera den, måste jag erbjuda alternativ. Hur ska man då tackla självmordsbenägna människor som inte har tillräckliga skäl att göra självmord, utan går på plötsliga infall? Nu skall jag skissera ett alternativ, det jag kallar "human ekopsykiatri":

Jag anser att vi bör lägga ner hela den konventionella tvångsvårds-apparaten och i lag förbjuda psykiatrisk tvångsvård på vanliga institutioner (frivillig vård kan få vara kvar). Begår psykiatriska patienter grova brott, ska de dömas i domstolar och få fängelsestraff som alla andra, dock mildare straff än vanligt. Tvångsmedicinering bör vara förbjuden och objektiv information om psykmedicinernas skadlighet bör vara tillgänglig för alla. Psykiatriker och läkare bör upplysa sina klienter om medicinernas skadlighet, så att de inte lurar någon att äta gifter som skadar deras hjärnor, deras kroppar, känsloliv och sexliv, så att läkarna/psykiatrikerna inte tillåts att gå den psykofarmakologiska industrins ärenden, som dess nickedockor. Man bör också fundera på om det inte är bäst att förbjuda det mesta av psykofarmaka helt och hållet, bara tillåta det absolut mest nödvändiga, i yttersta akut kris, och då inte med tvång. Så att man förhindrar läkare att göra pengar på att skada folk med gifter som de inte behöver. Orsaken till varför jag är så sträng här, är bl.a. Peter Götzsches forskning.

Hur ska man då förhålla sig till självmordsförsöken? Min syn på självmordet är ungefär som min syn på eutanasi, att det bör vara lagligt att begå eutanasi eller självmord när livet är outhärdligt och det inte finns någon utsikt till förbättring, och särskilt när detta har pågått i lång tid. Man kan bara veta själv när detta är fallet, ingen annan bör bestämma över detta. Ytterst ska man kunna bestämma över sin egen död, det är den yttersta friheten och den yttersta värdigheten. Berövar man en människa detta, är det den yttersta förnedringen och det yttersta frihets- och värdighetsberövandet. Den konventionella psykiatrin gör sig skyldig till detta, eftersom den har det yttersta vapnet; tvångsmatningen, som kan sätta skräck i vilken självmordskandidat och eutanasikandidat som helst. Så länge mänskligheten inte hade detta vapen, som kan liknas vid atom-bomben på psykiatrisk individnivå, (en slags psykisk våldtäkt, men ännu värre än vanlig våldtäkt) kunde man alltid vägra äta, även om man annars var hindrad att ta sitt liv genom att låsas in. Då hade man kvar den ultimata friheten att ta sitt liv om det skulle bli för plågsamt. Men när vi uppfann tvångsmatningen, då blev psykiatrikerna gudar som kunde bestämma om vem som skulle dömas till ett helvete som för den självmordsbenägne kan kännas som en evighet. När man lider går tiden nämligen sakta, och alla självmordskandidaters skräck är att hamna på livstid i tvångsvård, utan att ens plågor försvinner, utan en chans att avsluta lidandet genom självmord (det var väl detta som fick poeten Hjalmar

Gullberg att begå ett maskerat självmord, för att undvika sjukhus, se artikeln ”Det finns en sjö och sedan aldrig mer” i Svenska Dagbladet 15.7.2011, finns på nätet). Det är det närmaste de religiösa fundamentalisternas eviga helvete jag kan komma på. Man kan ju inte dö i helvetet, det är det fruktansvärda.

Vad göra? Vi måste helt enkelt avveckla tvångsmatningstortyren rusta ner hela tvångsvårdsapparatet, ja ytterst leder det till krav på avveckling av civilisationen, för allt hänger ihop. Bara en urfolkslivsstil globalt kan garantera att inte tvångsmatningsvapnet används, precis som detsamma garanterar att inte atombomber tillverkas och används.

Vad är då alternativet? Lyckligtvis finns sådana. Här måste vi vara uppfinningsrika i det goda. Läs följande som ett möjligt framtids-scenario, i en tid efter att civilisationen kollapsat:

Om någon försöker begå självmord och det impulsivt, av ett infall, och man anser att hen inte har tillräckliga skäl att göra det, då kan man, när man upptäcker försöket, hålla fast personen/hindra personen från att fullborda det medan man försöker få någon att komma och hjälpa till. När någon, t.ex. en granne kommer, har hen med ett rep, och så surrar man fast repet kring självmords-kandidatens mage, och låter ett antal meter av repet hänga ut, så att man kan ha det bundet kring sin egen mage och leda personen utan att hen kan rymma och t.ex. dränka sig i en sjö (händerna behöver inte bindas, om man gör det på rätt sätt). Man säger till henom att man ska låta henom gå fri när krisen är över. Sedan vandrar man (det finns inga bilar längre på vägarna, och de flesta hästarna går fria) direkt till närmaste psykiatriska ekobyklinik (en möjlig framtida sådan) som även tar hand om självmordskandidater. Om inte självmordskandidaten vill gå, får man ta flera till hjälp och bära henom, tills hen vill gå igen. Ekobykliniken är långt ute på landet, en gammal renoverad bondgård med höns som får gå fritt, och en stor trädgård, samt några hundar och katter som också får gå fritt. De har också ett stort bibliotek med mycket utsökt litteratur, bl.a. psykoterapeutisk, ekopsykiatrisk och ekopsykologisk sådan, samt om självmordets etik, men också om ekologiska frågor, och poesi. De har också en stor samling musik, samt en gammal CD-spelare från civilisationens tid (ström till den fås från solpaneler), för musikterapi. Sedan har de möjligheter att måla, hantverkspyssla, sticka, mata hönsen, hugga ved och vara med och odla. Man skulle uppmuntra patienterna till att skriva - dagböcker, självbiografier, dikter, för att underlätta deras självförståelse. Alla sysslor och allt arbete ska vara frivilligt. Ekobykliniken har inga lås på ytterdörrarna. Avståndet till närmaste sjö/hav är långt, för att det inte ska vara lätt att dränka sig. Knivar och rakblad är också bannlysta från gården. Tvångsmedicinering, spännbälte och tvångsmatning (se artikeln ”Doctors must reject force-feeding” i ”The Guardian” 28.5.2013 (finns på nätet): "*The UN has condemned force-feeding as both a form of torture and a breach of international law*", obs. jag tror inte detta gäller psykiatrin), är likaså bannlyst. Personalen består av ett tiotal vuxna, som sköter patienterna på heltid, och alla har gått psykoterapeutisk utbildning, samt lite ekopsykiatrisk och ekopsykologisk utbildning. De har ett halvt dussin patienter. När självmordskandidaten kommer till gården, börjar behandlingen med att man utvärderar om patienten bör ha rätt att ta sitt liv, genom samtal med henom, man utvärderar hens lidande, omfattningen av den, och framtidsutsikterna. Sedan, om man bedömer att självmords-tankarna är infall utan tillräcklig grund, får självmordskandidaten ha

ett rep bundet kring magen med repet ett antal meter efter sig så att en av personalen kan ha repet bundet kring sin mage, så att inte patienten kan rymma och göra självmord*. Patienten kan förflytta sig fritt på gården och utanför den (om patienten är våldsam, kan man vara två som går med henom), på ängen och i skogen, och göra vad hen vill med sina händer, sticka, läsa, sköta trädgården osv, vilket är långt bättre än att kunna gå fritt utan band, men vara inlåst i psykiatriska avdelningars sterila och stimulansfattiga miljöer. Dessutom är det ofta bara nykomlingarna som behöver vara under uppsikt, och när självmordstankarna börjar avta, får patienten stegvis mer och mer friheter. Att det inte behövs lås, gör att de som inte är självmordsbenägna, kan känna sig bekväma och fria, vilket de inte kan på psykiatriska avdelningar, som är som ett fängelse för dem. Personalen uppmuntrar särskilt patienten att gå långa promenader med dem i de stora skogarna nära ekobykliniken, i tystnad eller i djupa samtal om livet och deras psykiska problem. Jag tror detta är särskilt läkande. Patienterna får alltså psykoterapi så mycket de behöver, dygnet runt. Om de inte kan sova, får de samtal istället för sömnpiller, personalen turas om att vara nattvakt. Ingen tvingas att ha en viss dygnsrytm, utan man får sova när man är trött. Personalen är där helt för patienternas skull, inte tvärtom. De självmords-benägna måste dock sova bakom låst dörr, för att de inte ska behöva ha ett rep kring sig medan de sover (annars måste i såfall en av personalen vaka vid sängen, det går också Patienten kan också få vara inlåst i sitt rum utan rep under dagen om hen vill. Hen måste inte gå i rep). Man äter alltid tillsammans, men som sagt, ingen tvingas äta. Om de självmordsbenägna vill ta sitt liv genom självsvält, får de det, men då har de ca. 40-50 dagar att tänka igenom sitt beslut i en livsbejakande och terapeutisk miljö, vilket jag tror kommer att få de flesta på andra tankar (annars begås självmordet inte impulsivt, av ett infall, utan då är det verkligen fråga om att livet är ett outhärdligt lidande som pågått i lång tid, och som man inte ser någon utväg ur), särskilt då hela samhället lever på liknande sätt som ekobykliniken i detta scenario som jag förlägger till efter civilisatio-nens kollaps (den förtryckande och våldsbejakande konventionella psykiatrin skulle väl fnysa åt dessa idéer, på samma sätt som den tog död på Edward M. Podvolls humant psykiatriska Windhorse Project). Jag tror att de flesta självmordskandidater skulle komma på andra tankar efter några veckor i en sådan miljö, särskilt med hjälp av hönsen, husdjuren och skogen, som har förunderliga helande egenskaper. Jag tror också det hjälper mycket att få pyssla med sina händer, måla, sticka, skriva och odla, ha något att göra, så att man inte är utlämnad hela tiden åt sina destruktiva tankar.

Om någon rymmer från ekobykliniken, efterlyser man dem inte, utan sätter sitt hopp till att någon stoppar dem om de återfaller och gör ett nytt självmordsförsök, vilket inte är troligt i nära framtid, eftersom man inte kan rymma från ekobykliniken så länge man är självmordsbenägen, man är ju bunden och man är under uppsikt av någon personal som är bunden med samma rep som patienten.

Man kan applicera den här ekobyklinikmodellen på vår tid också, det behöver inte vara i ett samhälle efter civilisationens kollaps. Det enda som skiljer är väl att man ringer upp ekobykliniken, och kör självmordskandidaten dit med bil.

Det här alternativet är inspirerat av min radikalpacifism, teorin att vi måste göra saker som minimerar våldet i vår värld, för att undvika våldsspiraler. Detta har inte den konventionella psykiatrin förstått, psykiatrin som har en lång historia av grovt övervåld (än idag har

den denna karaktär), som verkligen inte behövs. Den verkar ha en övertro på tvång och våld, i typisk amerikansk anda (dagens våldspsykiatri hämtar till stor del sin inspiration från Amerika), en tro på att förtryck och övergrepp och hotande med fruktansvärda vapen som spännbälte, tvångsmatning och tvångsmedicinering med stundom mycket obehagliga gifter, kan skapa fred och läka en människas psyke. Vilket barbari!

* Jag erkänner att detta är förödmjukande, men vad är alternativet, förutom fängelseliknande tvångsvård? Ska vi bara låta henom ta sitt liv? Ska jag välja mellan fängelsetvångsvård och rep, väljer jag definitivt repet, och detta säger jag som en som själv varit tvångsvårdad. Jag vill behandla andra som jag själv vill bli behandlad. Att helt avstå från våld är en omöjlighet i vår värld, men vi kan minimera det, vilket jag försöker göra här.

Vad man skulle kunna börja med för att förbättra de psykiatriska avdelningarna

Som rätt så erfaren mentalpatient anser jag mig kapabel att säga något om hur vi ska förbättra mentalvården, så att den blir bättre inte bara för personalen, men även för patienterna, först och främst. Jag har i föregående kapitel skissat på ett alternativt system för psykiatrisk tvångsvård, men vägen dit är lång, så kanske det vore på sin plats med att säga något om vilka de första stegen skulle kunna vara:

Den viktigaste förändringen vore att se till att tvångsvårdade patienter får samtala mer med friska människor på avdelningen. Så som det nu är, enligt min erfarenhet, samtalar mentalpatienterna mest med andra mentalpatienter på avdelningen, vilket ofta inte hjälper så mycket, eftersom de andra mentalpatienterna inte tänker klart och är för fulla av sina egna problem. Man bör utbilda sina psykvårdare så att de lär sig att ta kontakt med patienterna och inte bara sitter på kafferummet eller i båset och samtalar sinsemellan. De kan t.ex. boka tid med patienter för terapeutiska samtal (detta behöver inte vara förbehållet psykoterapeuter), där de reder ut patientens trassliga tankar tillsammans med henom. Samtal och dialog är något av det viktigaste för tillfrisknandet, och det är det allt, allt för lite av. Personalen bör också försöka skapa relationer med patienterna baserade främst på tillit, inte främst på maktutövande. Detta senare händer allt för lätt genom att det vapen som många patienter nästan fruktar mest, tvångsmedicinering, används på alla tvångsvårdade. Alltså bör man diskutera om det verkligen bygger upp tillitsförhållanden att tvångsmedicinera fredliga patienter som knappt gjort en fluga förnär, bara trasslat in sig i sina livsproblem, vilket är rätt många av dem som är på avdelningen. Ska man tvångsmedicinera, vilket jag är emot, ska det i såfall vara i yttersta nödfall, med riktigt farliga patienter. Jag tycker det är klokare att sätta verkligt våldsamma patienter i isoleringscell, än att tvångsmedicinera dem eller lägga dem i spännbälte. Dessa senare metoder anser jag vara övervåld, ja rentav en slags våldtäkt.

Sedan bör staten prioritera psykoterapin inom psykiatrisk tvångsvård, så att alla patienter får frivillig psykoterapi av en utbildad psykoterapeut minst en timme, två, tre gånger i veckan. Jag har aldrig fått det de gånger jag varit intagen. Det är helt ofattbart.

Jag har knappt fått samtalsterapi med psykvårdarna. Jag har inte haft tillit att uppsöka sådan själv heller. Psykvårdarna har inte varit värda min tillit, helt enkelt. Detta måste man ta en titt på inom vården, och försöka bygga tillit, inte underkastelse. Tillit är faktiskt den sköra tråd vår tillvaro hänger på, och utan tillit fungerar ingenting. Att bygga tillit och fungerande relationer är (djupt) undervärderat inom psykiatrin, där man mer tror på makt och tvång som det som kan läka psyket. Ofattbart. Läkarna skulle aldrig erkänna detta, men det är den bistra realiteten, och har sina orsaker rent historiskt, i en historia som är så full av skändligheter och tyranni att man blir matt, och inte minst, rädd.

Hur ska vi förebygga de grova kränkningar av patienter som jag fått bevittna allt för många gånger under mina vistelser på psykiatriska avdelningar? Hur ska vi förebygga förnedrande behandling, som bara skapar rädsla och underkastelse, inte tillit? Man blir ju inte frisk bara för att man blir lydig i sina tankar, lydig mot den psykiatriska överheten (det är ofta detta som felaktigt tas för tillfrisknande på psykiatriska avdelningar). Jag tror vi måste börja med att ge de förtryckta en röst i samhällsdebatten. Vi måste organisera oss, och kommunicera förtrycket. Kanske skrivargrupper (med frivilligt deltagande) på psykiatriska avdelningar vore en bra sak att börja med, ledda av en terapeut, författare eller poet utifrån. Skrivar-grupper som påminner om "Skriv ditt liv"-gruppen inom psyko-sociala föreningen Sympati i Helsingfors, en mentalhälsoförening, en grupp som jag var med i en tid 2014-2015. Vi skrev texter under rubriken ”Jag minns” och läste upp dem för varann, och kommenterade varandras texter. Till slut samlades en del texter till en bok (mina texter hann aldrig komma med i den). Något liknande skulle kunna göras på psykiatriska avdelningar, och staten skulle kunna ge understöd åt tryckningen av sådana böcker, som gärna skulle få ges ut på de större förlagen. Det måste komma ut i offentligheten hur man behandlar psykpatienter, det måste luftas, debatteras. Man måste ha allmänhetens insyn, och patienterna måste kunna få sin röst hörda i offentligheten. De borde också uppmuntras att blogga, vilket kan lätt göras under vistelsen på psykiatrisk avdelning genom att man har en bokningsbar dator i ett rum, vilket man ibland har haft under mina vistelser i tvångsvården. Bloggarna skulle kunna samlas på någon sida för mentalpatienters rättigheter på nätet, med länkar till varje blogg. Kontakt med advokater måste också bli lättare att ordna. Men vad ska advokaterna göra när psykiatrilagen sanktionerar förnedrande behandling? De får i såfall ge röst åt patienters klagan i offentligheten. Advokater bryr sig idag allt för lite om mentalpatienters mänskliga rättigheter, kränkningarna mot dem räknas liksom inte, de är mindre värda, dem tror man inte, de är galna rättshaverister och konspirationsteoretiker.

Slutligen vore det bra om det fanns mer att syssla med på avdelningarna. Man borde satsa mer på ergoterapi, arbetsterapi. Sånt finns allt för lite för tillfället, istället är man utlämnad åt sina destruktiva tankar och medpatienternas dåliga omdöme. Det finns en tomhet och en apati på avdelningarna som känns tung att bära. Det är min erfarenhet. Dagen måste fyllas av något *, frivilligt, så att man inte blir sittande framför den intelligensbefriade TV:n, som inte ger en något hopp (detta är min upplevelse), utan bara spyr ut det som gjort en sjuk; ett galet samhälle avskuret från meningsfulla sysslor, avskuret från naturen och den urgamla communitykänslan i sin närmiljö. Kommer man på kant med samhället genom galenskap, är risken stor att man blir kulturellt isolerad, ingen för ens talan i

kulturen eller politiken, man är som en spetälsk som får leva avskild från resten av samhället. Detta är grymhet, vi måste råda bot på detta. Mentalpatienterna bör inkluderas i värmen och gemenskapen i samhället, de får inte bli utfrysta. Men detta kräver förstås att vi bygger ett helt annat samhälle, från grunden av. Vårt samhälle är så ruttet att något annat måste till. Och genom att mentalpatienterna inkluderas och får delta i samhällsdebatten, genom att de ges en röst, kan vi också göra oss av med de karikatyrbilder av de "sinnessjuka" som man fortfarande inte gjort upp med i större skala, nidbilden och schablonbilden av den "galne". Jag har aldrig sett några sådana personer under alla mina vistelser i tvångsvården, de tillhör filmernas och böckernas värld (tänk t.ex. på hur de mentalsjuka är karikerade i Tintin-böckerna, t.ex. i "Faraos cigarrer"). Alla jag mött på avdelningarna har varit rätt så normala i jämförelse med denna karikatyr. Jag är själv en av dom "sinnessjuka" som inte känner igen sig i andra människors karikatyrbild av den mentalsjuke.

* Psykiatrikern Edward M. Podvoll skriver i sin bok "Galenskapens förförelse. Om psykosens väsen" (1990) om den schizofrene mannen John Perceval på 1800-talet, som vistades i flera år på mentalsjukhus, där Podvoll citerar Percevals följande uttalande: "Så ofta mina tankar och händer var som mest sysselsatta kom jag, tror jag, närmast ett sunt sinnestillstånd, och blev följaktligen mer medveten om min situation", och även om "att alla, eller många av själens och kroppens färdigheter bör sättas i verksamhet samtidigt, och framför allt att kroppen bör vara sysselsatt." (s. 69 i den svenska översättningen av boken)

Några tankar om en rättegång mot en mentalpatient

Igår var jag för andra gången på en rättegång mot en vän till mig som har diagnosen schizofreni och åtalas för hot mot tjänsteman och på helt fel grunder för brott mot knivlagen (han bar ett svärd i en väska som han skulle ta till värdering hos en antikhandlare i Gamla Stan). Åklagaren vill att min vän ska dömas till rättspsykiatrisk "vård" (han har varit tidigare i en sådan "vård" för att han slagit till en polis i ett rymningsförsök från tvångsvården).

Detta är den första riktiga rättegång som jag bevistat. Ingen av min väns vänner fick vittna i rättegången, eller säga något alls. Karaktärsvittnen är förbjudna i Sverige. Jag med flera andra (bl.a. min väns advokat) tyckte att åklagarens yrkande om rättspsykiatrisk "vård" var trams. Min vän är inte farlig, och hoten mot tjänstemännen var uttalade i djup andlig förvirring som han kom ut ur efter ett tag. Åklagaren yrkade på att man inte visste vad min vän kunde göra i psykos, han kunde ha satt eller kommit att sätta sina hotelser i verket. Vilket bara visar vilka fördomar det finns mot mentalpatienter, som om man är mer våldsam bara för att man har en attack av andlig förvirring. Så är inte fallet (se artikeln ”Är psykiskt sjuka personer våldsamma” 10.9.2013 på sajten www.vadardepression.se).

Rättegången fick mig att tänka på hur vi behandlar några av vårt lands bräckligaste och sköraste, mentalpatienterna. Tänk dig att domstolen skulle, om den lyckades fälla min vän, skicka honom till en nazistisk organisation i Stockholm, som skulle fängsla honom och "bota" honom med vidriga metoder, som straff. Och tänk dig att min vän dessutom hade Downs syndrom eller var s.k. "utvecklingsstörd" på annat sätt (vilket inte min vän är). Jag gör detta tankeexperiment

eftersom mentalpatienter inte sällan är lika sköra och sårbara och värnlösa som "utvecklingsstörda" (ingen jämförelse i övrigt, mentalpatienter har oftast normal intelligens*), ja på samma sätt utan rättigheter som de, alltmedan psykiatrin har en fruktansvärd historia av tortyr och ofattbar grymhet (1), som gör den jämförbar med nazismen, om inte i kvantitet (inom ett land), så i kvalitet. Skillnaden är mer att psykiatrin torterat och förnedrat i det tysta, några få offer i taget i varje stad, och istället för att mörda människor, driver den dem ibland till självmord (mord har dock förekommit inom psykiatrin genom medicinförgiftning, men det är mera ovanligt). Dock, detta har skett och sker över hela världen, och har pågått i åtskilliga hundratal år, medan nazisterna härjade enbart inom Tredje Rikets gränser och de länder de ockuperade, under en period på drygt ett decennium. Psykiatrin idag har ännu inte gjort helt upp med sin mörka historia, genom att de fortfarande torterar och plågar några av samhällets sköraste, nu på ett mer subtilt sätt.

Att tänka djupare över vad som försiggår i rättegångar mot mentalpatienter, och se på det i lite större historiskt sammanhang, gör att åklagarna och domarna kommer i ett helt annat ljus. Man ser hur lite de verkar veta om psykiatrin och dess grymhet, hur lite samvete de har, hur de bara lyder order och lyder regler, när de är beredda att överräcka en försvarslös och ganska oskyldig patient till en av de grymmaste organisationer historien och nutiden känner, psykiatrin, med miljontals självmord på sitt samvete, självmord som ofta är ett resultat av den omänskliga behandling patienten får av samhället och psykiatrin (2). Jag har själv drivits flera gånger till självmordstankar på grund av psykiatrins behandling av mig. Och jag har aldrig varit i rättspsykiatrisk "vård", som är värre än den vanliga "vården".

Allt detta bekräftar bara vad ekoförfattaren Derrick Jensen skriver i sin bok "Endgame" (2006), att våld från högre håll mot personer lägre nere i hierarkierna tillåts i stor och brutal mängd, och går ofta helt ostraffad, medan varje liten våldshandling, om än aldrig så liten, från lägre håll mot personer högre uppe i hierarkierna är otänkbar, och bemöts med ramaskri och fruktansvärda straff. Vart har ridderligheten tagit vägen, kan man undra.

Var varsam med våra bräckligaste, och sluta vara andligen lierad med fascistoida organisationer, bäste domare.

Min vrede över allt detta påminner mig om filmen "Dead Man´s shoes" som jag skrivit om tidigare i boken.

Psykiatriska avdelningar, och inte minst rättspsykiatriska sådana, var alltid något spöklikt för mig, något ohyggligt, innan jag första gången tvångsvårdades, ja ett "The devil´s house" som man riskerade att hamna i på livstid. Jag tror att många har samma känsla. Och det är dit vi för våra största outsiders, våra underliga filurer, några av de bräckligaste och sköraste vi har. Undra på att jag är vred. Jag vill inte hämnas som i filmen, men jag "hämnas" på mitt ickevåldsliga sätt genom att skriva detta och medverka till att vi ställer mobbarna och torterarna av några av våra bräckligaste till svars.

* Dock, när jag riktigt tänker efter, skulle jag inte vilja säga att "utvecklingsstörda" är störda eller mindre intelligenta, de är bara annorlunda, de är intelligenta på ett annat sätt, mer som naturbarn

och djur (att säga så är inte förnedrande enligt mig, jag sätter djur mycket högt, kanske inte andra gör det, och uppfattar det som kränkande). Jag tycker inte heller att djur är mindre intelligenta än människan, de har bara utvecklat andra former av intelligens, precis som de "utvecklingsstörda". Och hur intelligent är atombomben och naturförstörelsen egentligen? Att tänka över detta får en att omvärdera tesen om att "utvecklingsstörda" skulle vara en lägre sorts människor, "störda" på något sätt. Jag tycker de är fantastiska. Men samhället talar på ett nedvärderande sätt om dem, vilket gör mig ont. Folk har förvridna uppfattningar om vad som är intelligens, de värderar mest den matematiska, "logiska" och analytiska intelligensen som givit oss atombomben. Kolla bara på våra IQ-tester. En psykolog testade en gång min intellektuella nivå med psykologiska tester, efter att jag insjuknat i schizofreni, och det var en plåga, så vidriga var testerna. Det var bara en sorts intelligens som gällde; den som skapat atombomben. Den intelligens som ofta inte ens kan lista ut att psykiatrin är en plågoande, en bödel, en förtryckande mobbare av bräckliga själar. En intelligens som ännu mindre står upp för mentalpatienternas rättigheter.

(1) Se artikeln ”Glimtar ur psykiatrins skrämmande historia”, 18.2.2014, på www.aspekt.nu, författaren till den glömmer dock att tvångsmedicinering med psykofarmaka är en slags kemisk lobotomi, och kan vara mycket obehaglig och plågsam.

(2) vilket särskilt KMR, Kommittén för mänskliga rättigheter, psykiatrins väktare (MENAR DU KRITIKER?) globalt, har påpekat, se t.ex. artikeln "Psykofarmaka bakom majoriteten (86%) av alla självmord", i detta tidskriftsnummer på nätet:
www.kmrsverige.nu/tidning/mr_08_01.pdf

Julian Rose om mental sjukdom

"Det förlopp som i våra dagar ofta kallas för "mental sjukdom", kan vid närmare undersökning, många gånger visa sig vara en del av en nödvändig förändringsprocess. En process som måste genomgås för att individen ska nå djupare nivåer av självinsikt och medvetenhet om andra. När samhället självt fungerar på gränsen till klinisk galenskap, kan det man kallar för "mental sjukdom" vara en reaktion på detta mer omfattande sjukdomstillstånd - och slutligen visa sig vara vägen till bättring. En process av rening och bortbrännande (eller upplösande) av mentala blockeringar, för att lyfta fram de positiva känslor som ligger dolda därunder.

Det är bekvämt för ledare i ett döende, materialistiskt likriktat samhälle att benämna ett sådant uppvaknande som "en sjukdom"; men detta är bara ett sätt att kamouflera det faktum att den verkliga sjukdomen ligger inbäddad i en orubblig tilltro till de utslitna dogmerna hos ett starkt försvagat samhälle."

(Julian Rose, i boken "Byt spår för livet. Lokala lösningar på globala problem", Panta Rei förlag 2011)

Den bästa medicinen mot andlig förvirring och galenskap

Folkbildning är den bästa medicinen mot andlig förvirring och galenskap. När det blir en demonstration i Stockholm mot psykiatrins förtryck, ska jag gå med en stor plakat där det står: "Ge oss folkbildning, inga jävla psykmediciner."

Universal declaration of mental rights and freedoms

1. That all human beings are created different.That every human being has the right to be mentally free and independent.

2. That every human being has the right to feel, see, hear, sense, imagine, believe or experience anything at all, in any way, at any time.

3. That every human being has the right to behave in any way that does not harm others or break fair and just laws. That no human being shall be subjected without consent to incarceration, restraint, punishment, or psychological or medical intervention in an attempt to control, repress or alter the individual's thoughts, feelings or experiences.

(Från Will Halls bok "Harm Reduction Guide to Coming Of Psychiatric Drugs" 2012, s. 11, som kan läsas gratis på nätet)

Vem ska bli mentalpatienternas främsta "frälsare"?

Åren 2010-2011 dagdrömde jag om att psykiatriprofessor Thomas Szasz, som var med och startade Kommittén för mänskliga rättigheter (KMR), psykiatrins internationella bevakare och främste kritiker, skulle bli den som vann åt oss våra mänskliga rättigheter (den främste av dessa, alltså) i praktiken, bortom politikernas floskler. Det måste liksom vara en spränglärd herre, en psykiatriker. Han dog tyvärr ganska snart efter detta, 2012. Utan att se sina drömmar uppfyllda.

Vem blev mitt nästa hopp? På sistone har jag läst Peter Götzsche, den danske läkaren och professorn (visserligen inte psykiatriker), som med sin bok "Deadly psychiatry and organized denial" 2015 har blivit ett stort namn inom den globala antipsykiatriska rörelsen. Boken finns också på svenska, se här. Men är det det att Götzsche inte är psykiatriker, som gör att han inte slår igenom? Även Götzsche är rätt gammal, 69 år. Vi får hoppas på honom.

Robert Whitaker är också ett mindre namn att hoppas på, och är yngre. Han är vetenskapsjournalist.

Dock, det finns ännu bättre och ännu tyngre namn. En sådan är Peter Breggin, spränglärd och erfaren psykiatriker, med många boktitlar bakom sig. Det finns flera artiklar om honom även på svenska, se t.ex. här. Han är dock rätt gammal, 82 år. Men han måste väl kunna rädda oss, om någon? Ska han hinna? Vad jag väntar är något slags global rättegång mot psykiatrin, ratificeringar av konventioner om mänskliga rättigheter (se t.ex. denna) verkar inte fungera här. Det är för mycket pengar med i spelet. Psykiatrin måste helt enkelt tvingas betala skadestånd till alla sina offer, och skrämmas till lydnad med detta. Kanske måste man fängsla vissa också? De har gjort hisnande brott mot mänskligheten.

Var barmhärtig mot galningar med messias”psykoser”

Var barmhärtig mot galningar som har messias”psykoser” (att de tror sig vara messiasar), dessa kan helt enkelt vara desperata, förtvivlade försök att sträcka ut sin hand för att försöka rädda världen, en reaktion på att du och jag gör så lite messianska grejer. Lite i känslan av "Om inte jag, vem?!" Döm inte denne galning för hårt, var inte för snabb med galningsstämpeln och hybrisstämpeln, utan gå istället in i dig själv och fråga dig själv vad du har gjort som tvingar fram en sådan desperation hos folk.

Romantiken är livets hjärta

Romantiken är livets hjärta, därför är det så allvarligt när psykiatrin dödar den romantiska själen med giftpiller. Men romantiken överlever som ett frö i anden (min definition på anden: det som inte psykmediciner kan förstöra, personlighetens kärna), och skall spira och gro en gång. Gråt därför inte, ni som blivit skadade av psykiatrin på detta sätt.

Psykmedicinernas och drogernas koppling till kärnkraftverk

Psykmediciner och droger är lite som kärnkraftverk: Allt går bra så länge man har uran/droger, men när dessa tar slut i en civilisationskollaps, blir det lätt härdsmälta, då man måste trappa ner i lång tid om man ska undvika detta. Måtte vi avveckla kärnkraftverken, drog- och psykmedicinsindustrin så snart som möjligt, så vi minimerar framtida katastrofer.

Något om varför folk är så lydiga

Mina erfarenheter med psykiatri och psykmediciner är så tunga, att jag nu förstår varför alla ställer sig så lydiga in i leden. Små avvikelser från den psykiska normen får ju folk att fundera på om man behöver "vård". När jag skulle hoppa av studierna i Åbo för att bli hemlös och luffare, fick jag strax veta av en av mina vänner att jag behöver "vård". Jag var vid den tiden fullt psykiskt frisk.

Denna samhällets fascistoida väktarmentalitet måste göra oss extra barmhärtiga mot de civiliserade, som är allt annat än fria, utan är i fångenskap och slaveri, trots att de har en självbild av att vara de mest emanciperade i mänsklighetens historia. De har nämligen införlivat samhällets förtryck så i sig att den känns "naturlig". Ungefär som en toppidrottsman kan känna det naturligt att pressa sig till det yttersta i en tävling i VM, eftersom han tränat så mycket och gjort detta till ett med sig. Kvar står faktumet att toppidrotten är något djupt onaturligt, helt okänt för resten av djurriket, och leder ofta till skador.

Till minne av psykiatrins martyrer

I denna vår underliga värld räknas psykiatrins martyrer aldrig som riktiga martyrer, de har inga kyrkor som minns sig, de räknas istället bland de "förtappade" av många. Deras död som drivs till självmord av psykiatrin räknas heller aldrig som martyrdöd, utan är en skam, ett brott som leder dem till helvetet, enligt många religiösa fundamentalister. Men psykiatrin och dess historia är full av heliga dårar och obekväma oliktänkare som förföljts för sina märkliga åsikter, full av ljuvliga varelser som gjorts mer och mer sjuka av den grymma behandlingen och medicinerna. Det har ofta börjat med en ringa avvikelse i beteendet eller psyket, som sedan drivits till vanvett av civilisationens grymhet, genom stigmatiseringen, drogerna, utanförskapet och ensamheten. Detta räknas inte som martyrskap, ty det ser inte ut som sådant, och det som inte ser ut som martyrskap räknas inte som martyrskap av samhället, oavsett hur martyriskt det är. Det är nämligen ytan och fasaden som räknas.

Jag känner personligen några sådana här martyrer som manglats sönder i samhällsmaskineriet, främst den finske anarkoprimitivisten Ronja Aarniala, och om henne är kyrkofadern Tertullianus ord sanna, att "martyrernas blod är de heligas utsäde", hennes mod i kampen ger mig mod, och hennes väsen ekar i mitt fortfarande.

Psykiatrins martyrer är tankefrihetens och den psykiska frihetens martyrer, martyrer för rätten att få växa vilt i sina tankar och i sitt psyke, naturligt och fritt utanför de stela normerna, rätten att få famla i mörkret efter sanningen, som vi aldrig kan nå om vi inte vågar famla, treva och lära oss genom våra felsteg. Rätten att få ha livs- och utvecklingskriser i fred och ro, utan att någon ska blanda oss i dem med påtvingade giftiga droger. Rätten till vår psykiska integritet, med andra ord.

Heder åt alla dessa martyrer, detta blogginlägg är tillägnat deras minne, må de bland dem som är döda vila i frid, och må de få sin upprättelse en dag, kanske i någon martyrhistorik den dagen när mentalpatienter vunnit sina mänskliga rättigheter och det inte längre är ett brott att ha en livs- och utvecklingskris.

Psykiatrin klipper av en människas naturliga psykiska evolution

Psykiatrin klipper av en människas naturliga psykiska evolution med giftiga droger, precis som civilisationen har klippt av mänskligheten från dess naturliga evolution i naturen med hjälp av teknologins giftiga drog. Civilisationen tål inte att någon människa återknyter till denna naturliga evolution, dessa skall göras lika själsligt döda som alla "normala". Vi ska nämligen inte evolvera, vi ska stagnera till lydiga maskiner i fabrikerna, i arbetslivet, till lydiga kuggar i civilisationsmaskineriet överlag. Nåde den som inte fogar sig i detta, dens själ ska förstöras av psykiatrin med giftiga droger, så att denne tvingas till lydnad, skräms till lydnad.

Något om den lagliga tortyren i vårt humana svenska samhälle

Traditionell tortyr av politiska fångar anses av många vara en omöjlighet i vårt humana svenska samhälle, både praktiskt och juridiskt. Professorn i kriminologi och deckarförfattaren Leif G.W. Persson skulle aldrig kunna torteras i ett svenskt fängelse, och gå ut i samhället och berätta om detta utan att det skulle bli ramaskri och stora rättegångar.

Men det finns ett sätt att kringgå allt detta, tyvärr. Det är genom att sinnessjukförklara Leif G.W. Plötsligt blir han helt rättslös, och man får göra närmast vad man vill med honom. Man får fängsla honom i psykiatriska fängelser, plåga honom med vidriga gifter som skadar djupt hans själ och kropp, man får hjärntvätta honom, skrämma honom till lydnad i tankarna, man får stigmatisera honom med fruktansvärda, förnedrande psykiatriska diagnoser (hur låter "schizofren" i de flestas öron. t.ex.?) som han ofta får bära med sig resten av livet, man får lägga honom i spännbälte (att man binder hela kroppen fast vid en säng, så att han knappt kan röra sig) om han inte lyder, man får tvinga honom att leva om han inte orkar leva mer p.g.a. tortyren, bl.a. med tvångsmatning, man får beröva honom plånboken för att han inte ska rymma, man får efterlysa honom med polisens hjälp om han rymmer, man får omyndigförklara honom och sätta honom under förmyndare om han inte är tillräckligt normal med pengar och annat, och man får låsa in honom i isoleringscell på obestämd tid om han inte är lydig, utan någon rättegång. Ja, allt detta utan någon rättegång. Och sen, när han kommer ut från det psykiatriska fängelset, nerdrogad och kemiskt lobotomerad av utspekulerade gifter, kommer han att få svårt att få någon av hans vänner att bry sig om det som har hänt, ty han är ju sinnessjuk, och han ska ju "vårdas" på detta sätt. Ja, vi ska "ta hand om honom" på detta sätt, det är för hans eget bästa, och påstår han något annat, så är det en del av hans sinnessjukdom och rättshaveri, dvs. "han har inte sjukdomsinsikt", som psykiatrikerna säger. Dom kan tysta det mesta av kritiken med detta.

Vad baserar jag detta på? Egna bittra erfarenheter. Bara med den skillnaden, att Persson har mycket större chanser än jag att få någon att föra hans sak efter att han släppts ut från psykiatrifängelset. Jag har inte ens råd. Men inga av mina vänner har någonsin försökt hjälpa mig att föra min sak, varken ekonomiskt eller på andra sätt, inte när jag varit inlåst och inte när jag kommit ut (jag har varit tio gånger tvångsvårdad). Jag har inte ens själv orkat ta tag i det, det känns så hopplöst. Jag har så lite status att ingen bryr sig, mig kan man trampa på hur mycket man vill utan att någon ryter till. Ja, vem har skrivit ett enda ord i offentligheten om psykiatrins förföljelse av mig? Inte någon, vad jag vet. Mina plågor räknas helt enkelt inte. Och det samma gäller alla stackars dårar som är för sköra och för svaga och bräckliga för att stå upp för sig själv och för att ha någon annan som står upp för dom. Det är dessa som blir plågade mest, dom får man göra vad man vill med utan att någon ryter till, för de är inte värda något, tydligen, har ingen status. Samhället har en lång tradition av att trampa på de svagaste mest, eftersom de inte kan försvara sig. Det får en att koka av vrede.

Dårarna har sällan gjort en fluga förnär, utan har ofta bara gjort underliga saker som inte passar in, och tänkt underliga tankar som ingen vill veta av. Jag räknar dom som politiska fångar, tankefrihetens hjältar. Allt är nämligen politiskt, även dårarnas tankar.

Martyrernas blod ropar under altaret (se Johannes Uppenbarelsebok 6: 9-10).

Något om mentalpatienters rättigheter i vår tid, och behovet för psykiatriker att tolerera andevärlden

Hade man behandlat s.k. "utvecklingsstörda" så som man behandlar "psykiskt sjuka" hade det blivit ramaskri. Tänk er fängelser där "utvecklingsstörda" behandlades för sina abnormaliteter, tvångsmedicinerade med vidriga gifter som plågade dem, satta i spännbälte (att hela kroppen binds vid en säng) och isoleringsscell för alltför avvikande beteende enligt vårdarna. "Psykiskt sjuka" har faktiskt en del gemensamt med "utvecklingsstörda", samma svårighet att klara sig själva i kriser, samma utsatthet, försvarslöshet, psykiska sårbarhet och svaghet, barnlikhet och naturbarnlikhet. Samma ärlighet och föga sinne för anständighet, sociala koder och tabun. Tänk om "psykiskt sjuka" en dag skulle få njuta samma respekt och samma rättigheter i praktiken, som "utvecklingsstörda", istället för att skändas, mobbas och förföljas så som de blir idag (dock, de "utvecklingsstördas" rättigheter behöver också förbättras). Urfolkens "psykiskt sjuka" blir ofta schamaner (inte minst de "schizofrena" bland dem), och det att byn stöttar dem in i en uppgift som passar dem, gör att de kan bota sig själva. De botar sig själva genom att kanalisera sin psykiska avvikelse i fruktbara uppgifter. Men det kan de göra eftersom "andevärlden" inte anses som galenskap, utan som en mytisk och symbolisk verklighet att ta på allvar, som ger kunskap och helande. Men för vårt samhälle är "andevärlden" galenskap, och detta har rättfärdigat förföljelse av psykiskt sjuka istället för att lära sig av "andevärlden". Ja, t.o.m. våra nattliga drömmar anses som psykos (om än ofarlig och nödvändig) av många psykiatriker, som har förlorat sinnet för symbolernas och andlighetens värld, och bara kan tänka i materialistiskt-biologiska termer. Det dom gör med sina gifter är ju att de vill ta kål på "andevärlden", ta kål på andlighet och mytiskt tänkande, så att vi ska tänka med vetenskapens kalla, mekaniska och rationalistiska begreppsvärld, och enbart med detta. Dvs. andligt självmord. Ack, hade psykiatrikerna bara bildat sig mer i humaniora! Då skulle de genast bli mer humana och toleranta, så som det gick för Johan Cullberg, svensk psykiatris "grand old man". Andligt virrvarr och förvirring kan bara botas med sund andlighet, inte med död och kall andlighet. Psykiatrikerna bör sluta vara rädda för andlighet (vilket min psykiatriker är) och ta en kurs i kyrkohistoria istället, ty här behövs gedigen andlig bildning. Andliga förvirringstillstånd är ofta religiösa, och dessa tillstånd existerar inte i ett historiskt vakuum.

Alltså: låt oss försöka förstå och tolka andevärlden, istället för att försöka ta kål på den med gifter.

Schamaners syn på psykiskt sjuka

Schamaner i Afrika ser psykisk sjukdom i en människa något som signalerar "the birth of a healer", och de är shockerade över hur civilisationen behandlar psykiskt sjuka. Läs mer om det i artikeln

"According to Shamans, Mental Illness Is Something Else Entirely” på nätet (du kan googla fram den).

Andens vittnesbörd i vårt inre. Och något om psykotiska extaser.

O hur ljuvt det är att ha "Andens" vittnesbörd i sitt inre att man är "Guds" barn, såsom aposteln Paulus skriver ”Anden själv vittnar tillsammans med vår ande om att vi är Guds barn.” (Rom. 8:16). Ja, vittnesbördet att man är på rätt väg, på väg mot ljuset (det är väl det detta uttryck betyder)! Jag har haft denna känsla som mest när jag varit i tillstånd som psykiatrikerna skulle kalla "psykos" och "mani", då har jag liksom varit ett med "Kristusanden" inom mig, och vissa gånger har identifikationen med denna ande varit så stark att jag fått "Jesuspsykos", trott att jag varit Jesus av Nasaret reinkarnerad, allvarlig hybris förvisso, men paradoxalt nog har det varit vid tillfällen då jag varit närmast det gudomliga, i den djupaste utblottelsen och förnedringen mänskligt sett, i djupaste heliga dårskap.

Mina Jesus- och messiaspsykoser påminner mig om den muslimska sufimystikern Al-Halladjs (858-922 e.Kr.) öde, han som korsfästes av muslimerna för hädelse, eftersom han i extas hade sagt "Jag är verkligheten", som av muslimer tolkades som en identifikation med Gud, ty "verkligheten" är ett av Guds namn inom islam. Al-Halladj sade också att han vid tillfällen kände sig så ett med Gud att han glömde bort vad han hette.

Mina andliga förvirringstillstånd har ofta varit en sorts milda extaser, då jag gått så helt in i den andliga verkligheten att jag liksom uppslukats av det gudomliga, som jag då tolkar som naturens ande, det naturliga, det djuriska, vår sanna natur. Men psykiatrin förstår sig inte på sådana här saker, det måste mystiker och schamaner till här för att vägleda sådana själar. Psykiatrin straffar en för att man inte förstår sina extaser utan glider in i andlig förvirring, istället för att hjälpa en att förstå dem, vilket schamaner och mystiker gör istället. För att kunna detta måste man gå en lång andlig väg, vilket psykiatrikerna och psykvårdarna tydligen är för lata och bekväma för att göra, de har inte tid, och heller inte intresse, verkar det som. Det är dessutom farligt i detta samhälle.

Mina Jesus- och messias”psykoser” har aldrig varat länge, jag har ofta snabbt förstått att jag måste tolka min upplevelse av enhet med gudomen symboliskt, inte bokstavligt som om jag var Messias eller Jesus av Nasaret själv. Ja, före ”psykosen” tolkar jag det också symboliskt, men så flippar jag över till att ta symbolerna bokstavligt för en stund, och det är ofta detta som är de andliga förvirrings-tillståndens kärna, man klarar inte tolka sina upplevelser, utan tar dom så som dom förefaller en, bokstavligen, rakt upp och ner.

Om detta är sant, då är fundamentalisternas religion den andliga förvirringen satt i system, ty detta är just bland deras kardinalfel, att de ska ta det bokstavligt som menas symboliskt och det som är mytologiskt i sina heliga urkunder. Men fundamentalistiska sektledare klarar sig oftast undan psykiatrin, ty de vet hur man navigerar sig fram här i världen, de är alltid andligt förvirrade "på rätt sätt". Icke så de heliga dårarna, naiva som hundar.

Rökrumsreformationen på den psykiatriska avdelningen. En liknelse.

Det var en gång en gigantisk låst psykiatrisk avdelning, som rymde tusentals patienter. Den hade alla karakteristika som vanliga låsta psykiatriska avdelningar har idag; fängelselikhet, tvångsmedicinering med gifter som var så starka och farliga att de i vissa fall drev patienter till självmord, spännbältesläggning (att kroppen binds till en säng så att den knappt kan röra sig) och isoleringscell för dem som avvek för mycket, nästan ingenting att göra för patienterna, TV både här och där, bastu en gång i veckan, stränga rutiner som alla måste följa, inga lås på toaletterna, vårdmöten och permission för patienterna ibland, rökrum för de som ville röka, och att vårdpersonalen satt mest i personalbåset, samt fikade en hel del i kafferummet, och pratade sällan med patienterna.

Rökrummet ja. Det var personalens stora passion. De hade arbetat mycket på det, och ansåg det vara helt väsentligt för patienternas välmående. Ibland reformerades rökrummet, så att det skulle bli än mer bekvämt och mysigt.

Styrelsen på mentalsjukhuset röstades fram, och det var ofta de som hade bäst planer på hur rökrummet skulle reformeras, som valdes in. En gång ställde en ung psykiatriker upp som kandidat i valet, med parollen; "barmhärtigheten kräver en gemensam tändare på rökrummet". Tändaren skulle hänga i en tråd i rökrummet, så att ingen behövde bli utan tändare. Den unge mannen blev självklart vald in i styrelsen, och fick viktiga positioner. Till slut blev han överläkare på avdelningen. Merit? Stor barmhärtighet mot patienterna, ty han såg till att rökrummet blev bättre och bättre.

Det fanns en psykiatriker i styrelsen som inte var som de andra. Han funderade mycket för sig själv, och tyckte att allt inte stod riktigt rätt till. Han bekymrade sig särskilt över saker som liknade tortyr (så som spännbältesläggning), och en gång på ett styrelsemöte, yttrade han sig om detta. Han sade; "Jag tror vi har glömt det viktigaste; att vi inte ska tortera patienter och driva vissa av dem till självmord med våra psykmediciner."

De andra blev ytterligt förbittrade över detta uttalande, "hur vågar du", sade de. "Du har inget att göra på detta sjukhus. Du borde vara patient här."

Den kätterska psykiatrikern blev genast avsatt från alla sina positioner, och lämnades arbetslös. Inte länge efteråt blev han tvångsvårdad på samma avdelning som han jobbat på, satt i spännbälte, och kemiskt lobotomerad med tunga psykmediciner. Det ryktades att det var för att han kritiserat den psykiatriska avdelningen han jobbat på.

Rökrumsreformerna fortsatte, till slut fixades det fåtöljer till rökrummet, och ett intilliggande rum revs för att utvidga rökrummet. Det var nämligen fler och fler som ville röka, ty rökrummet hade blivit avdelningens "helgedom", så mysigt hade det blivit där. Det skrevs digra avhandlingar om den stora "Reformationen" av rökrummet som hade tagit plats, och en "rökrumsandlighet" utmejslades.

Men tortyren fortsatte, bl.a. p.g.a. att behandlingen av den kätterska psykiatrikern satte skräck i alla.

En stor anomali på Stockholms gator, som säger mycket

Igår såg jag en av dessa stora anomalier som man ibland ser, och som talar om hur absurd vår civilisation blivit. Jag har sett honom en gång förr, med samma plakat runt halsen som igår, där det står att myndigheterna torterar honom med fjärrstyrd teknologi som läkare opererat in i hans huvud. Jag hälsade på honom denna gång, och frågade om han hade låtit sitt huvud fotograferas (jag menade röntgen och sånt) för att se om det verkligen fanns någon sådan teknologi inopererad i hans huvud, ty det hela lät så konstigt. Han sade att han försökt allt, men läkare och polis hindrar honom från att fotograferas, han har sökt hjälp även utomlands. Jag bad honom att inte ge sig, ty vare sig han inbillade sig teknologin (som liknar på vad en vän till mig upplevt), eller det verkligen var som han trodde, skulle han vinna på att låta huvudet fotograferas. Men att han möter sådant motstånd när han söker hjälp, säger något om vår civilisation. Det är ett fruktansvärt brott att låta bli att fotografera denna mans skalle med röntgen, oavsett om han är galen eller inte. Är han galen, kan han ha stor nytta av att se på fotografi att han inbillat sig alltihop.

Tydligen avfärdas han bara som en galning och rättshaverist, en konspirationsteoretiker.

Samma likgiltighet har jag upplevt själv från psykiatrins sida, ja från hela samhällets sida. "Galningar" tas inte på allvar, och man låser in dem, isolerar dem och plågar dem istället för att vänligt tala dem till förnuft igen, och ingenstans får man så lite samtalshjälp som i psykiatrins fängelser. Jag tror denne man råkat ut för denna samma kyla. Hur det än förhåller sig med hans historia, är han en anomali som säger mycket.

Psykvården fungerar som ett modernt tukthus

Min erfarenhet av psykiatrin (som är rätt stor) säger mig att det är psykiatrin som idag har rollen av gamla dagars tukthus (utan tukthusens straffarbete), förutom kriminalvården, psykvården fungerar som en slags "uppfostringsanstalt" för människors psyken, där man ska tvingas, pressas in i de färdiga accepterade psykiska modeller som civilisationen har fött fram.

Psykiatrin har också rollen av gamla dagars skampåle, för det är få saker som är så belagt med stigma, så skambelagt, som att vara sinnessjuk, inte minst schizofren, och ha hamnat i psykiatrisk tvångsvård. Det kan spoliera din karriär.

Psykiatrin liksom kompletterar kriminalvården, den är litet annat än kriminalvårdens förlängda arm, som tar hand om alla de förseelser (inte minst tankemässiga, psykiska sådana), som inte kriminalvården kommer åt genom lagens arm. Mentalvårdslagen tar över istället.

Jag har hört och sett så mycket av hur psykiatrin låser in folk, inte för att de är "sinnessjuka", utan för att de begått förseelser som inte lagen kommer åt, men som mentalvårdslagen kommer åt. Inte minst "psykiska förseelser", som att påstå att man är Jesus reinkarnerad * eller liknande ting. Och detta trots att man ibland inte har gjort en

fluga förnär. Men också små förseelser som inte har något med det mentala att göra, det har jag hört berättas.

I gamla dagar uppfostrade man vilda barn i skolan med lärarens käpp på fingrarna och baken, och liknande ting, idag gör man det samma med psykmediciner som skadar barnens hjärnor (bl.a. amfetamin för s.k. "ADHD", en påhittad sjukdom som psykiatriska knarklangare behöver för sin bisnis), och sedan påstår man att vi gjort framsteg! **Jag hade föredragit käppen, faktiskt**. Slag med käppen går nämligen över rent fysiskt, men hjärnskador kan vara för livet. Det samma händer med vuxna, förr var det tukthus för lösdrivare som inte var listiga nog i sitt lösdriveri, idag riskerar man psykiatrin och tvångsmedicinering om man är en alltför avvikande luffare och hemlös, utan jobb. Jag minns en traumatisk upplevelse med en psykvårdare på Jorvs låsta psykiatriska avdelning i Esbo, som när jag blev tvångsmedicinerad, sade åt mig att min uppgift här på avdelningen var att arbeta med mina psykmediciner. Jag upplevde det som ett ohyggligt hån, en skymf, som grövsta mobbning och cynism (med tanke på hur djupt jag plågades av medicinerna). Den psykvårdaren, (som i övrigt också påminde lite om en naziväktare och nån sorts halvdemon både i sin machoutstrålning och machouppförande och i hur han vakade över mitt psyke för att få tillfälle att kasta sig över det med sina vidriga gifter (1) och hur han talade hånfullt om hur jag vandrat från Åbo till Kyrkslätt (150 km) iförd munkkåpa), upplevde jag en gång på luffen i Spanien, som "satan i mitt liv", i någon sorts mystisk upplevelse av förståelse av vad som egentligen hänt mig. Sådana trauman har han satt i mig, och jag är livrädd för att komma i hans klor igen på Jorvs psykiatriska avdelningar. Han må i verkligheten vara hur god som helst, men detta var de spår han satte i mig. Jag vill inte demonisera honom, jag har förlåtit honom, men hur han uppförde sig, säger något om vad civilisationssystemet skapar i människor, och vilka människor psykvården egentligen har samvete att släppa in till vårdandet av några av de mest sårbara och sköra och utsatta varelser vi har här på planeten.

Enligt den kristna myten plågar demonerna i helvetet de fördömda med allehanda verktyg, men psykiatrin plågar vår tids "fördömda" med plågsamma kemiska gifter, som i vissa fall driver folk till självmord (de drev mig till ett ofullbordat självmordsförsök hösten 2008. Jag har hört andra liknande historier). Men i verkligheten har jag bara träffat hyggliga patienter på de avdelningar jag varit på (11 gånger sammanlagt har jag varit inlagd, jag har bred erfarenhet här!), människor som varit ojämförligt hyggligare än personalen, och som stundom varit mina sanna terapeuter, där jag ofta bara mött professionell kyla, ointresse och tidsbrist från personalens sida. Gissa vem som är syndarna i verkligheten på avdelningarna, vem som behöver frälsning här! Regeln är att hyggliga människor som brutit psykiska normer, och kanske i vissa fall även blivit skadliga för sig själv och störande för andra (dock inte brottsliga), kommer till de vanliga låsta psykiatriska avdelningarna, medan de brottsliga galningarna kommer till rättspsykiatriska avdelningar, mer helvetiska än de vanliga avdelningarna. Jag har aldrig varit på rättspsyket.

* Varför är detta så inflammerat i vårt samhälle? Är det för att vi tillbett Jesus som den allsmäktige Guden i över tusen år i väst? Eller för att civilisationen korsfäst Jesus och allt han står för, både fysiskt

och andligen? Och gör så än idag? Upplevs han som ett hot av psykiatrikerna? Få blir tvångsvårdade för att de tror att de är Stålmannen eller Tor eller Odin, men när man tror att man är Jesus, kan man bli så grymt behandlad att det trotsar all logik. Om nån kom till mig och sa att dom var Jesus reinkarnerad, så skulle jag väl bara bli förvånad, och säga; "Ja, man kan ju hoppas att du "är" det, och uppfyller rollen väl, ty en frälsare är vad mänskligheten behöver idag, mer än något annat!" Eller som min vän gamle Rolf sa till mig en gång: "Världen behöver en Jesus."

Och varför är folk så snabba med "labeling" (etikettering) av de som säger de är Jesus, man avfärdar dem som schizofrena och isolerar dem, istället för att försöka förstå dem, vad det var som gav upphov till denna tro, och vad man kan lära sig av det hela.

(1) han frågade en gång om jag tänkte på döden, när jag hade självmordsdepression på avdelningen och bara kunde tänka på hur jag skulle ta mitt liv, p.g.a. den fruktansvärda behandlingen jag fick där, och jag svarade "sådär filosofiskt", för jag vågade inte säga sanningen till en som bara ville tvinga i mig gifter när jag visade mig svag.

Ett försök att ta ett steg tillbaka och se på psykiatrin ur ett större perspektiv

Psykiatrin i världen är uppbyggd på att man, när man är psykiskt sjuk, ofta låses in i fängelser (om man är alltför mentalt avvikande) med ett gäng av samhällets mest psykiskt sjuka, och med dessa skall man tala, dag ut och dag in, ofta i flera månader. Med psykvårdarna och psykiatrikerna talar man nästan ingenting. Och inte nog med det, man ska också tvingas mot sin vilja käka farliga gifter, ja rena droger, som gör en ännu sjukare i skallen. Och sen till slut, ska man få en s.k. "diagnos", ofta en "stämpel i pannan" på att man är obotligt sjuk, så att man tappar hoppet och människornas förtroende för en (man har denna diagnos ofta resten av livet, fast man blivit frisk), så att man tror att man måste knarka psykiatrins giftiga, själsdödande droger resten av livet och leva på sjukpension utanför de vanliga människornas liv, som utstötta, ofta ensamma existenser (om man inte har den stora turen att få bo på ett gruppboende för mentalpatienter) utan riktig sysselsättning, utan något att kämpa för. **Och detta kallar dom "vård"!**

Psykiatrin behandlar de mentalsjuka som civilisationen i övrigt behandlar naturen

Psykiatrikerna är som små mikrokosmosar av civilisationen (de saknar oftast allvarligare civilisationskritik och helhetstänkande, för att inte tala om humanistisk allmänbildning (Johan Cullberg är ett av undantagen!), och är väldigt "civiliserade", i negativ bemärkelse); så som civilisationen behandlar naturen, så behandlar psykiatrin mentalpatienterna. Dess gigantiska bulldozrar kör genom släktenas själalandskap, nu som förr, och mejar ner de vilda skogarna, för att plantera sina gigantiska drogodlingar och gräva sina jättelika kolgruvor som förgiftar och förorenar planeten och människorna.

Psykiatrikerna är ofta blinda för det fruktansvärda sammanhang de är länkade till; den omnicidala civilisationen. De verkar faktiskt inte i ett vakuum.

Psykiatrin är ett enda stort hjärntvättsapparat

När var det vi började "bota" mentalsjuka med hjärntvättsmetoder?

Om du straffas med fängelse och tvångsmedicinering med vidriga gifter för att du tänker för fel, och inte släpps fri innan du formats i dina tankar tillräckligt till likhet med dina fångvaktares och psykiska bödlars tankar, så att du "anses frisk", är inte detta rena rama hjärntvätten? Denna beskrivning passar väl på psykiatrin, och psykiatrin är också i sanning ett enda stort hjärntvättsapparat, en gigantisk hjärntvättmaskin, i likhet med de som diktaturer och inkvisitionen på medeltiden använt för att tysta ner oliktänkande. Problemet är bara att denna maskin nu är global, och den behövs för att vi ska kunna fortsätta mörda naturen och plåga djuren och de fattiga utan att bli stoppade.

När började man tro att tvång och straff kunde läka en människas själssår och andliga förvirring? När var det vi miste tålamodet och började plåga de sinnessjuka för att tvinga fram "normalitet" (som ofta bara var att de började spela normala för att slippa sina plågoandar?)

Att kalla någon "psykotisk" och "schizofren" är som att kalla någon "häxa" på 1600-talet

Den ungersk-amerikanske psykiatriprofessorn Thomas Szasz (1920-2012) var en av de ledande figurerna inom den antipsykiatriska rörelsen. Han menade att behandlingen av "mentalsjuka" liknar medeltidens häxförföljelser, med metoder som i grymhet kunde liknas vid dessas. Han ville inte tala om psykisk sjukdom, utan ville istället kalla det "livsproblem". "Psykisk sjukdom" har ingen biologisk grund i hjärnan, så att det skulle vara fel på hjärnan rent biologiskt, menade han. Det fanns inga vetenskapliga belägg för detta (och heller inte senare har man hittat några sådana). Däremot skapar de psykiatriska drogerna fel i hjärnan, och det kraftigt också.

Jag håller med. I samma anda skulle jag vilja säga att idag har orden "psykos", "psykotisk" och "schizofreni" blivit så laddade av maktmissbruk och förföljelse av psykiskt avvikande och oliktänkande, att det börjar likna på hur ordet "häxa" använts historiskt. Att kalla någon "psykotisk" är som att kalla denna "häxa" i gamla dagar. Det är lika mobbande, lika sigmatiserande, lika förföljande och politiskt farligt som att man på 1600-talet kallade någon "häxa" (se artikel om häxprocesserna i Sverige här). Lika riskabelt för den som får stämpeln (veteranpsykiatrikern Peter Breggin säger att det att gå till en psykiatrikers mottagning idag är ungefär det farligaste stället du kan hamna på). Idag har ordet "häxa" mist sin politiska farlighet, ingen blir förföljd för att bli kallad "häxa", det är ungefär som att säga "din jävel". Men om du kallar din arbetskollega "häxa" i offentligheten blir det ramaskri bland dina arbetskolleger, även om de också inte gillar denne kollega, ty det

anses som mobbning. Om du kallar din arbetskollega "psykotisk" om hon avviker psykiskt, utanför de vedertagna normerna, kommer ingen att säga ett skit om de håller med dig om att kollegan är "psykotisk". Det är totalt accepterat. Även om det leder till din arbetskollegas psykiska undergång på dårhuset, så att hen resten av livet lever som en skugga av sig själv, nerdrogad, ensam och utstött, utanför arbetslivet med djupa skador i hjärna och kropp p.g.a. de psykiatriska gifterna.

Det här är så grymt och ruttet och vidrigt att man kan koka av ilska. Vi verkar tro att vi är moraliskt rena när vi tar avstånd från historiens grymheter, från fascism och häxbål, alltmedan vi är totalt blinda för vår tids värsta fascism och häxbål, den grymma förföljelsen av de psykiskt avvikande, både bland barn, vuxna och åldringar. Vi deklarerar vårt motstånd mot tortyr, alltmedan vi bakom kulisserna överger vårt samhälles svagaste till grymheter som är så utspekulerat subtilt djävulska att vi inte ens märker deras grymhet; **kemisk lobotomi, påtvingande av massvis av svaga, sköra människor att bli knarkare på fruktansvärda droger, att driva människor till självmord** mm.

Jan Guillou borde inte ha skrivit boken "Häxornas försvarare (2002)", utan en annan bok, nämligen "Mentalpatienternas försvarare". Det hade varit moraliskt rakryggat på riktigt. Att försvara vår tids kättare. Du får ingen på halsen om du försvarar 1600-talets "häxor", men du kan nog få problem om du får psykiatriker på halsen.

Det är så lätt att se historiens grymheter, och så svårt att se vår tids motsvarigheter till dessa grymheter. Särskilt om du står på maktens sida, som Guillou gör. Ty vår tids motsvarigheter till historiens grymheter liknar ofta inte på de historiska grymheterna. De grymma skulle inte ha fått det igenom om deras grymheter hade liknat på Hitlers. Grymheten måste ständigt ta nya, oigenkännliga former, och det har psykiatrin sannerligen gjort, ty motståndet mot detta själsslaktsapparat är minimalt. Psykisk tortyr går inte alls att spåra lika lätt som fysisk tortyr, kemisk lobotomi inte alls lika lätt som fysisk, kirurgisk lobotomi. Vår tids fascister känns ofta inte igen som fascister.

Jag har ett förslag: kan vi inte börja prata om de s.k. "psykoserna" med termer som "**andlig förvirring**" och "livsproblem" istället för giftiga, livsfarliga ord som "psykos" och "schizofreni", som varit med och drivit mången själ till självmord? De giftiga orden för med sig en stigmatisering som de "mentalsjuka" ofta sedan bär resten av livet, och som får människorna att tro att de är obotligt sinnessjuka. Ordet "andlig förvirring" ger intryck av att det är något övergående, något som kan läkas på naturlig väg (och det gör det faktiskt, om inte psykiatrin blandar sig i för mycket!), vilket inger hopp, både för den drabbade och dennes omgivning. Det är när vi tappar hoppet för någon, som vi överger dem till helvetet, till tortyr, ja till plågor för resten av livet. Det är ett brott att tappa hoppet för en människa, det är att demonisera denna arma varelse, något som rättfärdigar tortyr.

Jag minns första gången jag var tvångsvårdad på Jorvs psykiatriska avdelningar i Esbo, Finland, och jag pratade på ett vårdmöte med min psykiatriker om utsikterna att kunna bli frisk. Jag frågade henne om jag inte kunde läkas på naturlig väg, så att jag kunde sluta med

dessa fruktansvärda psykmediciner. Nej, sa psykiatrikern, det går inte. Du måste äta psykmediciner resten av livet.

Det var en chock för mig att höra detta. Det var med och förlamade mig psykiskt. Ja hela vistelsen på detta helvete till psykiatrisk avdelning, hade en förlamande verkan på mitt psyke. Det var som om det stod på dörren till avdelningen "Ni som går in här, låt hoppet fara", såsom det stod över porten till helvetet i Dantes Den gudomliga komedin. Så upplevdes det. Så plågsamt var det där, och så litet hopp gav psykvårdarna och psykiatrikerna oss patienter.

Hoppet är faktiskt allt vi har. Utan det tar vi livet av oss, detta som är så vanligt bland mentalpatienter.

Att beröva en människa dess sista hopp är grovt kriminellt, brutalt, psykisk misshandel av värsta sort, ja andlig terror.

Jag tror inte psykiatrikerna fattar vad de håller på med.

Appendix:

Min första attack av andlig förvirring

(utdrag ur min opublicerade självbiografiska bok ”Skogsfolket i Nackareservatet. Del 1: Broder Tikka” från 2018. Broder Tikka är jag)

26.

Han bodde alltså nu hemma hos sina föräldrar en tid. Där brände han sitt pass, ty han ville inte tillhöra civilisationen, Babylon. Sedan sydde han på sin munkkåpa så den skulle likna mer på en riktig munkkåpa. Och han inredde sig ett litet skjul i sina föräldrars trädgård till ett kloster. Han fyllde skjulet med böcker och skrev en skylt där det stod ”Öfverby kloster” (trakten hans föräldrar bodde i hette Överby), och hängde den på väggen till skjulet. Detta munkeri blev för mycket för hans far, och han blev till slut utsparkad hemifrån, för att han inte ville sluta med sitt munkeri. Han fick portförbud. Då vandrade han till Helsingfors, och upplevde många äventyr. Han sov i pappersavfallskärl för att inte frysa om natten, vilket hjälpte (han tänkte aldrig på risken att avfallskärlen skulle kunna tömmas tidigt om morgonen, med risken att han skulle bli manglad i en sopbil). Han började också fasta på råkost. Och så skadade han sin fot när han dansade i Helsingfors, och kunde knappt gå. Han blev bl.a. omhändertagen av Hare Krishna-munkar, och fick bo några dagar i deras tempel, för att hans fot skulle läka. När den

blivit lite bättre, vandrade han till Esbo, och hittade där en litet söndrig robåt, som han stal, och med vilken han rodde en bit ut i Esbo skärgård. Han råkade komma i land på ett kristet rehabiliteringscenter, och blev där några dagar. När ledaren för centret upptäckte att han stulit sin båt övertalade han Tikka att lämna tillbaka den till platsen han stulit den från. Sedan hjälpte ledaren honom att i Helsingfors hitta båten till en ö utanför Helsingfors som det fanns ett litet kloster på, som han hade velat besöka. Han var på ön i en veckas tid, och blev inte väl mottagen på klostret, så han fick sova ute. Bara en natt fick han sova i klostret.

Det var i juni, men han frös ändå lite i den sommarsovsäck som han hade fått av en av öns bebyggare. Han levde på mat som han tiggde, och av omogna bär som han plockade på odlingarna på ön, utan lov. En natt sov han med öns får, och värmde sig på fåren. Fårvaktaren hittade honom, och bjöd mig honom hem till sig över natten. Det visade sig att fårvaktaren var homosexuell, och han trakasserade Tikka en del när han hade lagt sig att sova. Men det gick bra till slut.
En dag på ön fick Tikka en uppenbarelse: han ville inte vara munk, utan bara människa. Endast människa. Så han begravde sin munkkåpa under golvet på en lada, och skrev på ladans golv, över stället där jag lagt kåpan: endast människa. Sedan åkte han till land och for hem till sina föräldrar. De tog emot honom nu när han slutat vara munk. Men nu steg ett nytt problem upp; han fortsatte fastan på råkost, som han börjat med på min vandring. Och han blev allt svagare och svagare. Det berodde på att han åt vegetariskt. Sedan upptäckte han att hans bajs började lukta gott. Den luktade koskit, istället för människoskit. Han började begrava sitt bajs vid äppelträden i trädgården, för han kände att den var gödsel, inte avfall.

Tikka började känna sig mer och mer paradisisk, allteftersom fastan skred vidare. Han kände att han hade hittat vägen tillbaka till paradiset; människorna skulle äta som djuren, rå mat. Och han började äta mer och mer bär allteftersom de började mogna. Han åt särskilt mycket jordgubbar från sin mors jordgubbsland, allt som hade lite ruttet på sig, och det var mycket. Bären var mycket livgivande i magen, och förstärkte hans extas.

Tikkas extas fick honom att tänka messianska, psykotiska tankar. Han skulle genom sin fasta vinna över sin far* och över Babylon, civilisationen, och han skulle bli en ny messias som skulle visa mänskligheten vägen tillbaka till naturen, till att leva som de ickemänskliga djuren igen. För han kände att det var en viss risk med hans fasta, att han kunde kollapsa av den. Han vägde vid den tiden väldigt lite, han hade magrat mycket av fastan och umbärandena under luffandet i Sverige. Men han beslöt sig för att inte sluta fastan. Och han hade även lite självmordstankar. En gång när han satt ute på gräsmattan med sin lillebror och hans kompis, föll han i gråt, och sade att han ville ta sitt liv. Han ville inte sluta fastan, och detta även om han skulle komma att kollapsa av det och dö. Och om han gjorde det, ville han att hans lillebror skulle begrava honom i en rävhåla i sin gamla böneskog i närheten, där han hade bett varje morgon i de tidiga tonåren.

Tikka började sova på hårt underlag, på golvet istället för i sängen, såsom så många andra asketer. Han försökte också sova ute vid lägerelden en natt, men blev stoppad av sin far, som inte tålde sådant. Man skulle uppföra sig som en riktig människa.

Till slut kände Tikka att han kom att dö, efter att ha fastat ca 40 dagar på vegetarisk råkost. När han sade det åt de andra, trappade det upp ett drama. Tikka kände att hans far kom att skicka honom till psykiatrisk avdelning, och att han skulle komma att dö där. Han hade en avskedsmåltid hos grannen (som han sovit hos tidigare), med lammstek, som Tikka hade bett om. Tikka var mycket psykotisk, och väntade på vad hans far skulle göra. Tikkas samma lillebror och grannarna, en gammal man och hans fru, var med på måltiden. Tikka svamlade psykostankar åt dem, bl.a. att han skulle dö på psykiatrisk avdelning och uppstå på den tredje dagen, likt Jesus. Sedan bad han att få tvätta alla deras fötter som var med på måltiden. Bara lillebrodern tillät det. Efter den måltiden, hade Tikka en mycket ångestfull stund i grannens trädgård, då han stod inför valet att rymma eller ge sig frivilligt till psykiatriska avdelningen. Han försökte rymma, och begav sig till skogen, men där träffade han en ekorre, som han frågade om han skulle rymma eller ge sig frivilligt, och ekorren tycktes säga att Tikka skulle ge sig frivilligt, att lidandet på psykiatriska avdelningen skulle vara en parallell till Jesu lidande på korset, och skulle ha en frälsande inverkan på världen. Då kände han det som om ekorren valde honom till messias.

När han kom tillbaka från skogen, hade hans far redan ringt till psykiatriska avdelningen, och ambulansen hade kommit för att hämta honom. När fadern kom för att ta honom fast, sade Tikka ”Måste jag?”. Fadern sade ”Nu är det jag som bestämmer”, och Tikka överlämnade sig.

* Hans far var med i sekten Smiths Vänner, en mycket konservativ, fundamentalistisk kristen rörelse, som utgått från pingströrelsen och helgelserörelsen. Tikka bröt med rörelsen som 17-åring.

27.

Ambulansen förde Tikka till Jorv psykiatriska avdelning, efter ett kort besök på hälsocentralen, där man bl.a. vägde honom, och insåg att han var starkt underviktig. På avdelningen vägrade han äta i tre dagar, och sa att vattnet var förgiftat. Han ville inte dricka heller. På sitt rum ville han inte sova på sängen, utan på golvet, eftersom han hade vant sig vid att sova på hårt under sin tid som hemlös. Men han fick inte lov att sova på golvet.

När personalen märkte att han inte ville äta och dricka, gav de honom en spruta med Serenase, en medicin han tyckte mycket illa om, den gjorde att han, bara han rörde sig lite grann, fick smärtattacker. Han kunde inte röra sig. ”Jag lider! sa han till Gud där han låg i sängen. Sedan vid något skede blev han medvetslös, och sändes till en avdelning där de satte honom i dropp. Han vaknade vid ett skede, och ryckte slangen av sin kropp, och gick upp och bad för en av åldringarna som låg i samma rum som honom, att hon skulle bli frisk. ”I Jesu uppståndelses namn!, bad han. Men personalen märkte det, och satte honom i spännbälte. Tikka minns inte att han skulle ha lidit märkvärt av det, han somnade snart in igen.

När han sändes tillbaka till sitt rum på psykiatriska avdelningen, vaknade han igen, och fick ta emot besök av sina föräldrar. Hans mor hade med sig bär från trädgården, och dessa åt han. Detta var det som fick honom att äta igen, en sådan liten gärning av hans mor!
Men han åt för mycket på sjukhuset, och fick problem med matsmältningen. Han löste det genom att gå febrilt fram och tillbaka i korridoren på avdelningen.

Tikka fick neuroleptikan Zyprexa, som han led mycket av i början. Det var som om han förvandlades till en zombie, hans känslor stängdes av, och han blev som förlamad själsligen. Han fattade inte hur någon kunde uppfinna så hemska mediciner. Han blev livrädd för läkarna som hade en sådan makt att göra honom illa med sina mediciner, och vågade inte klaga, och han visste inte heller på denna tidpunkt att man kunde be om att få byta mediciner. Han trodde att alla antipsykotiska mediciner var lika hemska.

Efter två veckor fick han komma hem igen, som förlamad zombie. Nu var han ”frisk” liksom. För att han hade börjat äta normalt. Men fångenskapen i två veckor hade satt outplånliga spår i honom, ett trauma som han länge skulle bära på. Han har undrat i efterhand varför ingen förde dialog med honom, varför inte hans föräldrar försökte prata med honom innan de sände honom till sinnessjukhuset, varför de inte försökte övertala honom att bryta fastan, eller i alla fall ställt ett ultimatum; antingen äter du vanligt eller så måste vi tvångsmata dig (när du blivit farligt smal). Inte heller på sjukhuset pratade man med Tikka nämnvärt, eller gav honom psykoterapi. Han var hänvisad till de andra patienterna, men det blev inte många samtal med dem heller, eftersom han var som förlamad själsligen.

Väl hemma fick Tikka svullen mage för att han åt för mycket. Han försökte bota det med att springa och gå mycket.